

أطلس العسل

لتصنيف العسل وخواصه العلاجية

Honey Atlas

تأليف وإعداد

الدكتور/ إبراهيم بن عبدالله العريفي

أطلس العسل

لتصنيف العسل وخواصه العلاجية

Honey Atlas

تأليف وإعداد الدكتور

إبراهيم بن عبد الله العريفي

1438 / 2017

الطبعة الأولى

فهرسة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
العريفي ، إبراهيم عبد الله.
أطلس العسل/ إبراهيم عبد الله العريفي: الرياض، 1438هـ
265 ص 1سم
ردمك: 978-603-02-4247-4
1-عسل النحل العنوان
ديوي 638.16 1438/6121
رقم الإيداع : 1438/6121
ردمك: 978-603-02-4247-4

المؤلف
1438هـ -2017م

بسم الله الرحمن الرحيم

وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ﴿٦٨﴾ ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا ۚ يَخْرُجُ مِن بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ ۗ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

سورة النحل الآية : 68 - 69



" إهــداء "

إلى روح والدي اللذين أرجو لهما التجول كالنحل بين أزهار الجنة ، والشرب من أنهار عسلٍ مصفى يجري بين أرجائها

الفهرس



مقدمه

الحمد لله رب العالمين الذي أوجد من العدم قال تعالى: (وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ * ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلاً يَخْرُجُ مِن بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ). (سورة النحل آية 68 - 69)

والنبي صل الله عليه وسلم يقول: (عليكم بالشفائين العسل والقرآن).

ذكر الله عز وجل في كتابه الكريم النحل والعسل فقال : (وأنهار من عسل مصفى)

إن عسل النحل مستخدم من آلاف السنين فكان يُتناول كطعام ويستخدم كعلاج أو للمحافظة على الأنسجة كما فعل قدماء المصريين، وقد ذكره الله لكونه شفاء للناس وأن العلم قد اثبت بالأبحاث العلمية الحديثة أنه مقوي للمناعة ويستعمل كعلاج للجروح والحروق والالتهابات والأمراض الباطنية وإذا تتبعنا أثر العسل على باقي أجهزة الجسم لوجدنا أن للعسل تأثير فعال في علاج الكثير من الأمراض التي لا حصر لها.

ولكون العسل يختلف في إنتاجه من بلد لآخر ومن غذاء لآخر وتعدد مصادر غذائه فإن النحل يصنع كيلو عسل من 160 ألف زهرة تقريباً , ولكون العسل أصبح الآن سلعة اقتصادية كبيرة تدر ربحاً على من يمارس هذه المهنة وبحكم تخصصي فكانت رحلتي مع الماجستير عن عسل النحل وخواصه ورسالة الدكتوراه دراسة لجميع منتجات النحل وخواصها وتأثيرها على مرضى السكر, ومن تجربتي العلمية والعملية وجدت من واجبي أن أبحث عن موسوعة تشمل

كل ما يخص العسل (عسل النحل) ومصادره الزهرية حتى أُعين القراء والمهتمين من باعة العسل والنحالين وأمدهم بالمعلومات الصحيحة فكان هذا الإنتاج (أطلس العسل) فضمنّته جميع أصناف العسل بقدر الجهد وأوضحت فيه نوع العسل واسمه العلمي والاسم الشائع ومصدره ومواصفاته و صوره و خواصه العلاجية.

إلى جميع القراء والمهتمين بعسل النحل أهدي هذا العمل وأرجو من الله العزيز القدير أن يحقق الهدف المنشود وهو إيصال المعلومة الصحيحة وأن يكون من العلم النافع والعمل الصالح الذي ينتفع به بعون الله وتوفيقه ويعود أجره علي وعلى والدي يرحمهما الله رحمة واسعة.

والله الموفق..

د / ابراهيم بن عبدالله العريفي

تقديم

حمداً لله الذي جعل في قرآنه الكريم آيات لقوم يتفكرون

ولعل من عجيب صنع الله عز وجل تلك الحشرة النافعة والتي أوحى اليها و جعل مما يخرج منها غذاء وشفاء وعلى مر العصور أُستخدم العسل وكُتبت فيه أبحاث شتى وعلوم نافعة , ولم يخلَ زمان وعصر من الأبحاث في هذا المجال وممن تعلق بذلك العلم وضرب فيه بسهمه الأخ الدكتور إبراهيم بن عبدالله بن سعد العريفي في كتابه الجامع الشامل أطلس العسل حيث سلك في تصنيفه مسلكاً لطيفاً غايته جمع المعلومات الصحيحة عن النحل وعسله , ووسيلته في ذلك ، الأبحاث والتجارب العلمية مع حسن تأليف وتهذيب للعبارة فجاء الكتاب وحيداً في بابه فريداً في محرابه وفي هذا العصر الذي كثر فيه الغش والتدليس والجشع من أجل المادة حتى احتار المتخصصون والمهتمون في معرفة الدخيل من الاصيل , والحمد لله أنه ألهم من عباده من أولي الفكر والتجربة فَأَوْلَوْ هذا العلم جهدهم وعنايتهم ورعايتهم وجمعوا للناس فيه كل الموارد ومهدوا لهم فيه المسالك.

فاللهم إني أسألك ما عمله المؤلف في موازين أعماله ووالديه وصلى الله على نبينا محمد وعلى آلِه وصحبه وسلم.

الجازي بنت فيصل

1438هـ/2017م



تقديم

بسم الله الرحمن الرحيم و الصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله و صحبه اجمعين . اطلعت على كتاب اطلس العسل للدكتور ابراهيم بن عبد الله العريفي والحقيقة انه كتاب فريداً من نوعه ولم اطلع على اطلس مماثل له مسبقاً وهذا الأطلس يشمل انواع العسل تقريبا وفي الحقيقة مرجع مهم شامل وجامع لمستهلكي العسل واصحاب المحلات و النحالين ويخدمهم علمياً

وفي الختام اشكر الأخ الدكتور ابراهيم عبدالله العريفي على اتاحة هذه الفرصة لي للتقديم لهذا الأطلس المهم و قراءته وقد استمتعت بذلك اسأل الله ان يجزاه خير الجزاء ويجعله في موازين اعماله .

والله الموفق ..

الدكتور/ محمد بن سعد بن محمد الاحيدب

1438هـ /2017م



عسل البرسيم

Alfalfa Honey

وصف النبات

الأسماء الشائعة : البرسيم الحجازي , الفصة , االفصفصة

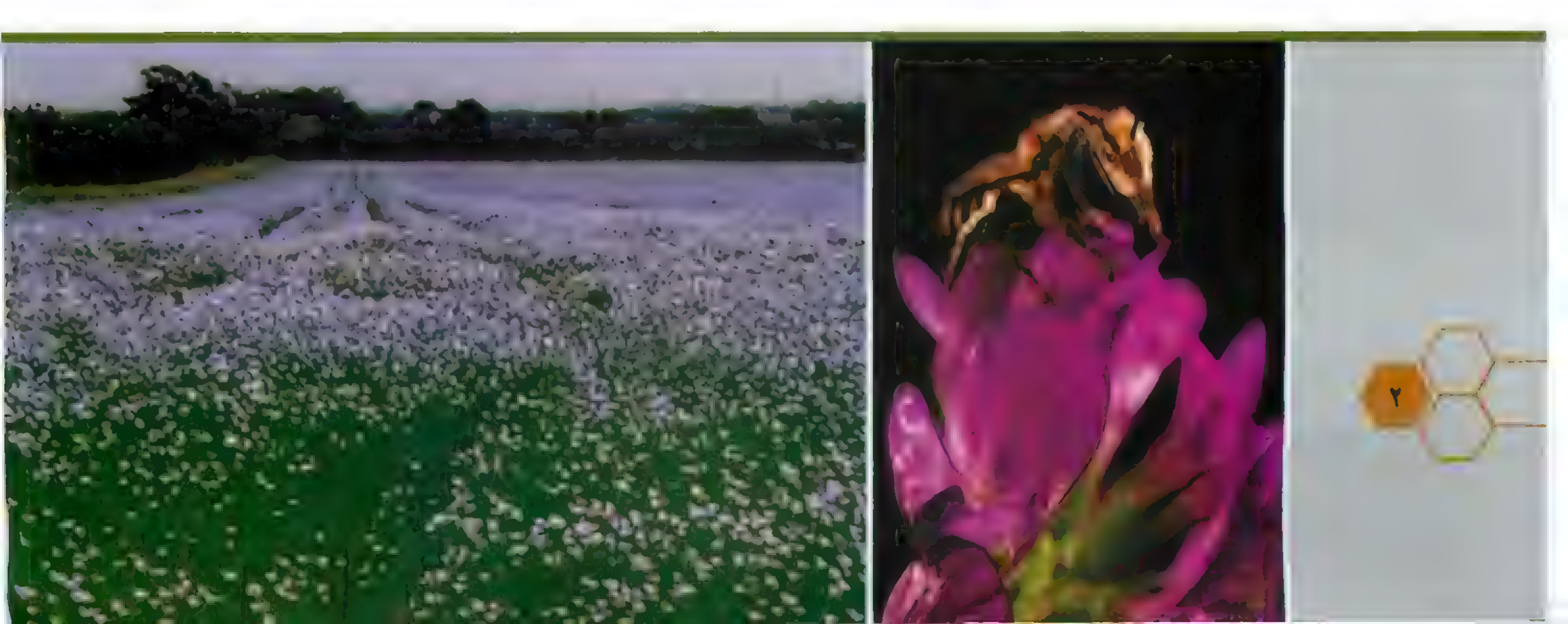
الاسم العلمي MEDICAGO SATIVA

البرسيم نبات معمر من الفصيلة البقولية ويعد من أهم محاصيل العلف للمواشي يصل ارتفاع النبتة إلى أكثر من متر الازهار صغيرة بطول ١,٥ سم يتراوح لونها بين الوردي والأزرق والبنفسجي وتتفتح من شهر يونيو إلى شهر أغسطس

يحتوي البرسيم على أملاح الكالسيوم والفسفور والفيتامينات C,A,K,D,B1

من خواص البرسيم الصحية إدرار الحليب ، وتحسين الشهية ، وزيادة الحيوية كذلك يساعد على زيادة الوزن .

يعتبر البرسيم من أهم نباتات العسل في كندا ، الولايات المتحدة ، مصر ، المغرب وباكستان .



مواصفات العسل

عامة لايصنف عسل البرسيم كعسل من مصدر زهري واحد , لأن حقول البرسيم تتجاور أو تختلط مع محاصيل زهرية أخرى مثل النفل . لكن الطابع الغالب على العسل يكون من رحيق البرسيم .

يتميز عسل البرسيم بلونه الكهرماني الفاتح أو الأبيض ونكهته اللذيذة , مذاقه غير حاد وقوامه يميل إلى السائل, ورائحته عطرية أشبه بالفانيليا . يتمتع هذا العسل بشعبية عند الأطفال .

يجنى عسل البرسيم في أواخر الصيف و يتبلور بعد عدة شهور من قطافه .

أكثر الدول إنتاجا لهذا العسل الولايات المتحدة ، كندا ، مصر ، الهند ، الصين ، استراليا ، المملكة المتحدة و نيوزلاندا .

الفوائد الصحية و العلاجية

- يعتبر غذاء كامل , خاصة للأطفال في سن المدرسة .
- يستخدم عسل البرسيم لعلاج أمراض الكلى .
- يرفع الشهية و ينظم الجهاز الهضمي .
- يعتبر علاج فعال لفقر الدم ومشاكل انقطاع الحيض .
- يحتوي فلافونات وأصماغ ومستخلصات الكوفارين مما يجعله مضاد للأكسده متوسط الفعالية .



عسل الأزهار الألبية

ALPINE FLOWER HONEY

وصف النبات

يقسم مناخ الجبال إلى أربع مناطق :

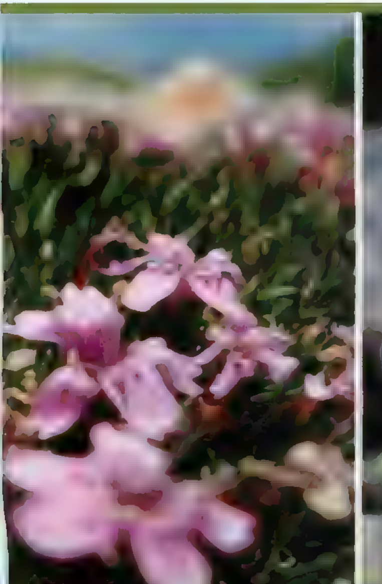
١- المنطقة الدافئة وهي السفوح والأراضي الممتدة حولها . العسل الناتج من هذه المناطق قد يكون عسلاً وحيد المصدر الزهري أو عسلاً متعدد المصادر . وتكون الأنواع تبعاً للمنطقة الجغرافية .

٢- المنطقة المعتدلة : حتى ارتفاع ١٠٠٠ الى ١٥٠٠ متر تنمو عليها نفس نباتات السفح أو نباتات أخرى . العسل الناتج من هذه المناطق يمكن ان يكون عسل زهور برية .

٣- المنطقة الباردة : تنتهي عند خط الأشجار تعلو حتى ارتفاع ٢٥٠٠ متر عن سطح البحر . تنتج هذه المناطق العسل الجبلي بكافة أنواعه .

٤- المنطقة الثلجية : تبدأ بعد خط الأشجار ويبلغ ارتفاعها ٢٥٠٠ متر ومافوق . تتميز بنباتات لا توجد في أي مكان آخر . ذات تنوع أيكلوجي مختلف تنتج عسل نادر ويصعب الحصول عليه، يطلق عليه اسم "عسل زهرة الألباين" , أو عسل " الأزهار الألبية " .

تنمو النباتات الألبية المزهرة حتى ارتفاع ٤٠٠٠ إلى ٥٠٠٠ متر من سطح البحر . فوق خط الأشجار على الأراضي المنبسطة أو شبه المنبسطة من أعالي جبال الألب والبيرنيه والأطلسي والروكي والأنديز والهمالايا والنجود في شرق إفريقيا وبورنيو وغينيا . وهضبة التبت . تتميز هذه المرتفعات بالتنوع الأيكولوجي الواسع بسبب العزلة الجغرافية والتغيرات المناخية والتصقع والأحياء المجهرية وتنمو هذه النباتات









في ظروف طبيعية قاسية جداً . حيث تنزل درجات الحرارة ٢٠ تحت الصفر وتتكثف الاشعة فوق البنفسجية , وتخف كثافة الأكسجين وتقل المياه . وقد طورت هذه النباتات أسلحة حيوية لمقاومة هذه الظروف بصورة تثير الإعجاب . تزهر بعض النباتات مبكراً أو متأخراً عن موسم التزهير الرئيس في شهري يونيو و يوليو . تتألف الحياة النباتية من شجيرات أو نباتات عشبيه ثنائية الحول أو دائمة الخضرة ، لا تنمو في أي مكان آخر . ولاتوجد لمعظمها أسماء شائعة , فقط الأسماء العلمية .

وصف العسل

تختلف أنواع النباتات الألبية من سلسلة جبال إلى أخرى وعليه فإن العسل الألبي الناتج يكون متفاوتاً بين منطقة وأخرى . وكذلك يفرق بين سنة وأخرى . بصورة عامة عسل الزهور الألبية هو عسل ليس كالأعسال الأخرى . لابجودته ولا بتوافره ولابخواصه . يتراوح ألوانها بين الأسود والأبيض مرورا بكل درجات العنبري . لايتبلور بسرعة . الحصول عليه صعب جداً بسبب وعورة المنطقة ودرجات الحرارة المنخفضة . كما أن النحل يجد صعوبة في العيش في هذا المناخ . المذاق دسم جدا , والرائحة عطرية رقيقة, القوام كثيف . تعتبر نيبال المنطقة الوحيدة في العالم التي تنتج عسل الألبية الصافي والعضوي بكميات تجارية .

الخواص الصحية والعلاجية

عسل خام طبيعي ، غير ملوث ، غير معالج ، يعتبر من أنقى انواع العسل في العالم .يستخدم سكان الهند والنيبال المحليون هذا العسل لمختلف الأغراض الطبية المتنوعة من تضميد الجروح إلى معالجة كافة الأمراض الشديدة والمزمنة وتجري حاليا أبحاث علمية على هذه الخواص .ملاحظة (يصنف كل من عسل الوردية العادية وعسل الوردية الألبية وعسل اللافندر الجبلي من المغرب من ضمن أعسال الأزهار الألبية .)



عسل البطنج

BETONY HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : بطنج ، حشيشة المطرات ، الشطراء.

الاسم العلمي : STACHYS OFFICINALIS

البطنج نباتات عشبية ثنائية الحول من العائلة الشفوية ، موطنها حوض البحر المتوسط ، تنمو في جنوب أوروبا وشمال أفريقيا وغرب آسيا ، على المروج والروابي والأراضي المفتوحة . تجود في التربة الكلسية وعلى ارتفاع صفر إلى ٨٠٠ متر عن سطح البحر.

يعتبر البطنج نبتة عاسلة هامة ، يصل ارتفاعها من ١٠ إلى ٣٥ سم ، تظهر الأزهار من مايو إلى أغسطس (غرب آسيا وشمال أفريقيا) ومن يوليو إلى سبتمبر (أوروبا)، لون الأزهار أصفر وتظهر بشكل عناقيد محورية على السويقات المنتصبة .

يعرف عن أوراق البطنج قدرتها على وقف النزيف وشفاء الجروح ، ومستخلصها مبيد للديدان المعوية ، مطهر ، يعالج الربو والتهابات القصبات الهوائية .

وصف العسل



يجمع عسل البطنج في إيطاليا وفرنسا وصربيا ، وأحيانًا في سوريا ولبنان . لونه أصفر فاتح ، قوامه سائل يتبلور سريعًا . رائحة عطرية خفيفة ، ومذاق سلس دون تحديد.

الخواص الصحية والعلاجية

- يساعد في فترة النقاهة و يقود الجسم من الحالة المرضية إلى الحالة السليمة .
- يقي من تشكل حصى المرارة ، والتخفيف من مضاعفاتها في حال تكونها .
- يساعد في علاج ضغط الدم العالي.
- يساهم في علاج صداع الشقيقة ومنع التعرق الشديد.
- علاج مساعد للالتهابات العصبية .
- يزيل حرقة البطن.
- مضاد للقلق والاكتئاب.



عسل زهرة الافعى

BLUE BORAGE HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : زهرة الأفعى , لسان الثور الزرقاء , لسان الأفعى المرقطة

(BORGONECEAE) لاعلاقة لهذه النبتة بنبتة لسان الثور الشائعة في أوربا من الفصيلة

الاسم العلمي : ECHIUM VULGARE

زهرة الأفعى عشبة تنمو كل سنتين من الفصيلة الجمجمية يتراوح ارتفاعها من ٣٠ إلى ٨٠ سم . تنمو على المروج والحقول والأراضي ذات التربة الفقيرة أو جوانب الطرق في المناطق الجافة . موطنها جنوب أوربا ولكنها تنتشر في جميع دول العالم . وفي أحيان كثيرة تكون واحدة من مجموعة الأزهار المنتجة للعسل المتعدد المصادر الزهرية في كافة أنحاء العالم . ولكن مصدر عسل زهرة الأفعى الوحيد ذو المصدر الرحيقي (يجب أن تكون نسبة رحيق هذه الأزهار في العسل ٤٥٪ ومافوق) في الجزيرة الجنوبية في نيوزلاندا . حيث تنمو العشبة على جوانب الجبال والاودية . مما يجعل من هذه البيئة النقية مثالية لإنتاج العسل , بسبب انخفاض خطر التلوث بالمبيدات الزراعية والمركبات الكيميائية المختلفة تنمو أنواع من زهرة الأفعى في تركيا وإيطاليا والمغرب وإسبانيا وتشيلي وجزيرتي صقلية وسردينيا ولها (٢٥) اسم كلها مشتقة من صفات الأفعى الخبيثة

تتفتح الأزهار البرية أواخر الربيع إلى منتصف الصيف . لونها أزرق نيلي , وفي أحيان نادرة يكون أبيض أو وردياً .



وصف العسل

تهيمن مقاطعتي مارلبورو و أوتفا في نيوزلاندا على انتاج هذا العسل . يجنى عسل زهرة الأفعى من وقت إلى آخر في مقاطعات أخرى . لكن لايمكن التعويل على محاصيلها. لون العسل عنبري فاتح ، لكن لونه يصبح داكناً أكثر مع مرور الوقت إلى أن يصبح اللون بنيّاً . مذاقه خفيف بنكهة الزهور. قوامه شديد الكثافة ، يتبلور ببطء رائحته خفيفة . مستوى الفركتوز فيه عال . وبسبب صعوبة فرزه يباع في الأسواق مع شمعه (أقراص)

لعسل زهرة الأفعى النيوزلاندي , مثله مثل شقيقه الأسترالي

لهذا العسل محاذير صحيه خفيفة لأنه يحتوي على نسبة من مركبات Sdiolakla Enidizilorryp

التي بصيغتها الصافية وبجرعات كبيرة تسبب تلف الكبد ونمو خلايا سرطانية.

يمنع هذا العسل عن الأطفال حتى سن العاشرة والنساء الحوامل والمرضعات . وقد أفادت الأوساط العلمية والطبية وهيئة سلامة الغذاء الرسمية في نيوزلاندا بعدم وجود خطر واضح على مستهلكي هذا العسل وبأنه يجب تحديد كمية العسل الآمنة التي يمكن تناولها يوميا .

الخواص الصحية والعلاجية

- تحتوي بذور زهرة الأفعى على أحماض دهنية هامة مثل حمض غاما لينوليك
- لم تثبت الأبحاث بالدليل القاطع وجود هذه الأحماض والحمض النادر في العسل cinodiraetS . ولكن يتم تسويقه على هذا الأساس .
- ينظم مستوى الكولسترول الضار والدهنيات الثلاثية في بلازما الدم .



عسل شجيرة الميلاد

CHRISTMAS MINTBUSH HONY

وصف النبات

الاسم الشائع : شجيرة النعناع الميلادية

الاسم العلمي: PROSTANTHERA LASIANTHOS

تنتمي هذه الشجيرات الكبيرة إلى الفصيلة الشفوية التي تضم ١٢٠٠جنسًا . أهمها النعناع والترنجان والمردقوش ، ويتألف جنس شجيرة الميلاد من ٩٠ سلالة ، موطنها جميعًا أستراليا وخاصة الولايات والجزر الجنوبية . قد يصل ارتفاعها إلى ١٠ أمتار ولكنها في العادة تكون أقصر بكثير (٢ إلى ٣ متر) . هذه الشجيرات نوع مستنبت ، تنمو في الغابات المطرية أو الغابات الرطبة ، بجانب أخاديد المياه ، ولها القدرة على مقاومة الجفاف الخفيف والصقيع . يستخرج من أوراقها زيت عطري أساسي ، تزهر في شهري ديسمبر ويناير (ربيع وصيف أستراليا) بالتوافق مع الاحتفال بعيد الميلاد عندهم ، ومن هنا جاء اسمها . لون الأزهار أبيض فاتح مع وجود بقع لونها برتقالي أو قرمزي داخل عنقها ، يفوح من أوراقها رائحة عطرية جذابة ، ومن زهورها رائحة تشبه رائحة النعناع .

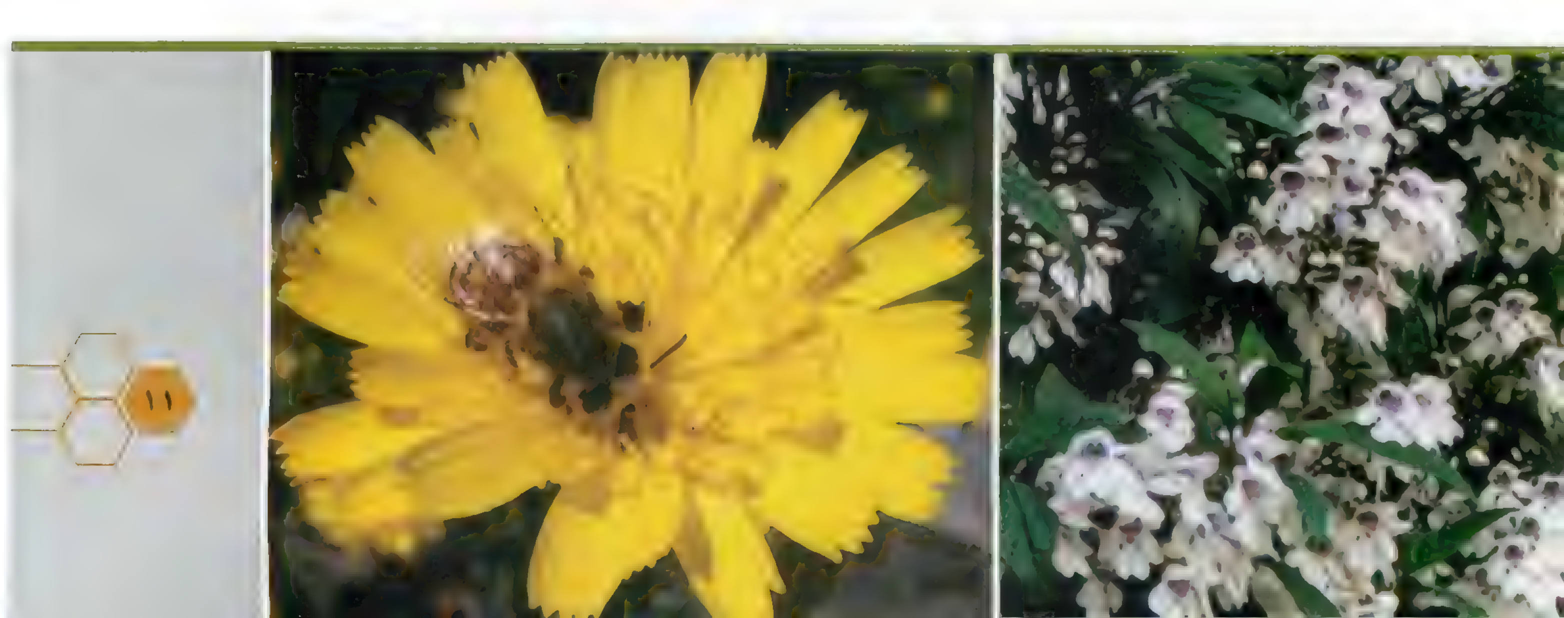


وصف العسل :

عسل صيفي ، حلاوته سلسة لذيذة الطعم ومذاقه سلس ضعيف الرائحة بنكهة النعناع وتفوح منه رائحة الزهور العطرية ، قوام العسل كريمي ولونه أصفر ذهبي فاتح .

الخواص الصحية والعلاجية :

باستثناء الخواص الصحية العامة لكافة أنواع العسل ، لا توجد أي معلومات حول خواص يتفرد بها هذا العسل . الجدير بالذكر أن هذا النوع من العسل حديث نسبيًا ، والسمة المشتركة بين جميع أنواع العسل الحديثة هو افتقارها إلى التراث الشعبي الذي تراكم بالخبرة المتناقلة عبر الأجيال عن خصائص كل نوع من الأعسال القديمة .



عسل الدغموس

DAGMOUSE HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : دغموس ، دكموش ، زكوم.

الاسم العلمي : EUPHORBIA

الدغموس ايكو RESINIFERA

الدغموس تيكيون ECHINUS

الزكوم

الدغموس نباتات عشبية أو شجيرات من الفصيلة اللبنية (نسبة إلى إفراز سائل لبني القوام - يقال أنه سام يهيج الجلد ويجب الحرص على أن لا يمس العينان أو يدخل الفم) التي تضم ٣٠٠ جنس و ٧٥٠ نوع منها النفضي ومنها الدائم الخضرة ، موطنها المغرب وتنتشر على منحدرات جبال الأطلس خاصة في منطقة الصويرة ، يبلغ ارتفاع الشجيرات ٦٠ سم ، وهي تتألف من عدة سيقان منتصبة وفيرة العصارة ، و تشبه شجيرات الصبار.

ينتشر الدغموس أكيو (الذكر) في المناطق الداخلية جنوب المغرب يزهر من يونيو إلى أغسطس وينتشر الدغموس تيكيوت (الأنثى) في المناطق الساحلية ، وتزهر من نهاية أغسطس إلى بداية أكتوبر وتنتشر مروج الزكوم في منطقة جاجا جنوب وادي نون في المغرب. لون الأزهار أصفر (تيكوت) وردي(أكيووالزكوم).



وصف العسل والخواص الصحية والعلاجية لكل نوع .

يتمتع هذا العسل بمرتبة رفيعة في المغرب .

عسل الدغموس أكيو: رائحة قوية ، مذاق حلو لذيذ فيه شيء من المرارة ، يترك حرقة في الحلق ، عنبري داكن وقت القطاف يتحول إلى أسود بعد ذلك ، قوام سميك لزج ، يتبلور بسرعة ، من فوائده أنه ينقي الدم ويساعد في علاج التهابات الدم ، يعالج الربو والزكام ونزلات البرد ، ويفيد في حالات الضعف البدني العام .

عسل الدغموس تيكيوت : لون عنبري فاتح إلى أصفر داكن . رائحة خفيفة ومذاق حلو شهي ، من فوائده ينقي الدم من السموم ، يقي من الآفات الجلدية يساعد في علاج أمراض الجهاز التناسلي والضعف العام ، يقي من سرطان الثدي (ادعاء غير موثق علميًا) يعالج الصداع والروماتيزم ، وينفع مرضى السكري .

عسل الزكوم : يتواجد أفضل عسل زكوم في وادي نون ، لونه داكن ، رائحته قوية ومذاقه حلو مر ، من فوائده ، علاج جيد لإضطرابات الجهاز الهضمي والربو والروماتيزم . يعطي حرارة للجسم.

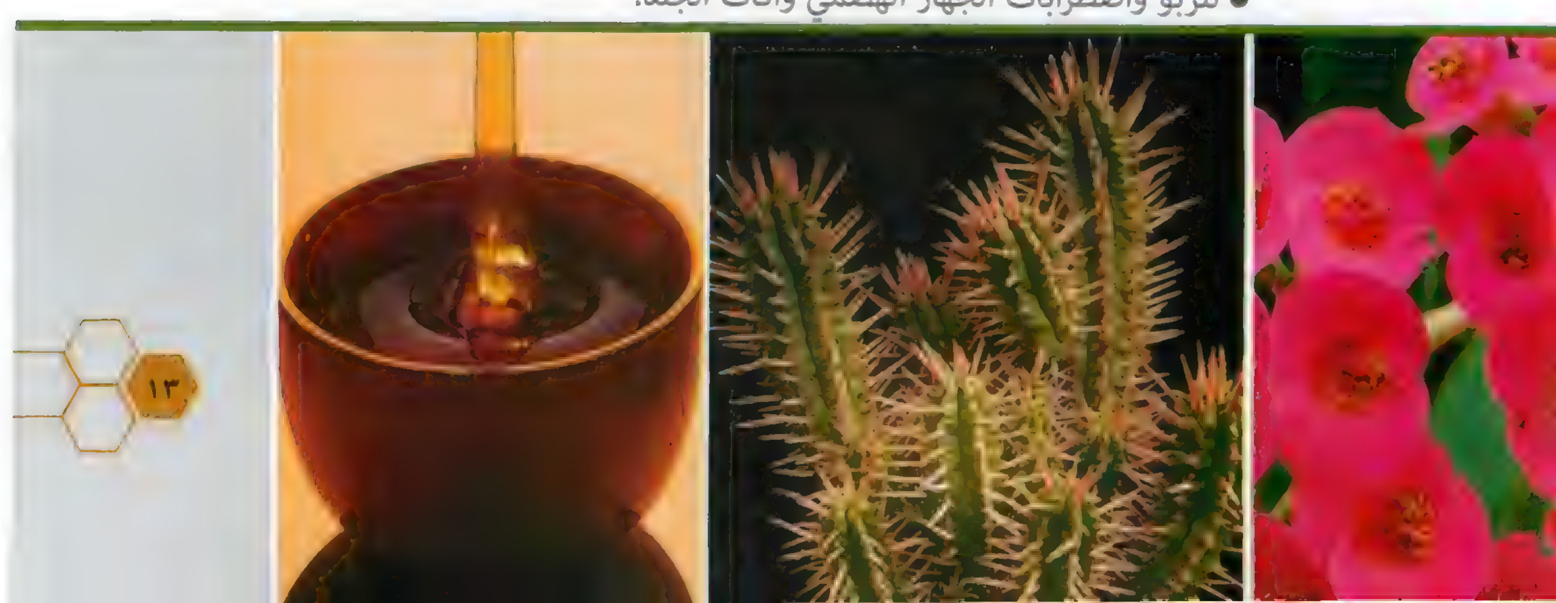
الخواص الصحية والعلاجية

عسل الدغموس :

- مضاد للبكتيريا والتهابات الدم.
- مطهر للجلد.
- يساعد في تخفيف الذبحة الصدرية المزمنة .
- يعالج أمراض الجهاز التناسلي.
- يساعد في علاج الروماتيزم والزكام والضعف العام والربو.

عسل الزكوم :

- للربو واضطرابات الجهاز الهضمي وآفات الجلد.



عسل الهندباء

DANDELION HONEY

الوصف النباتي

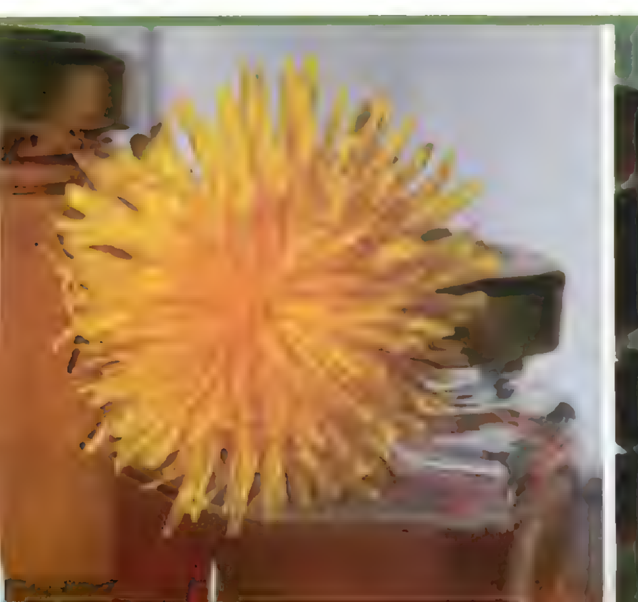
الأسماء الشائعة : هندباء ، طرخشون ، سن الأسد

الاسم العلمي : TARAXUM

الهندباء نبات معمر من الفصيلة النجمية له جذر وندي يتعمق حتى ٣٠ إلى ٤٠ سم وتصل ساقه إلى علو ٥٠ إلى ٧٠ سم . أزهاره صفراء اللون تتفتح في شهر مايو وهي قليلة الرحيق ، تبقى الأزهار متفتحة طيلة النهار وتغلق على نفسها في الليل . يبلغ قطر رأس الزهرة مابين ٣ إلى ٥ سم .

استخدمت كافة أجزاء نبتة الهندباء (الأزهار والجذور والأوراق) لقرون عديدة في الطب الصيني التقليدي ولصناعة مشروبات صحية ساخنة ، خاصة لإزالة سموم الكبد وكمدر طبيعي للبول ولتخفيف الالتهابات . خلافًا للمركبات المدرة للبول الآخرى . تحتوي أوراق الهندباء على كميات من البوتاسيوم وهو المعدن الذي يفقده الجسم في كثير من الأحيان من خلال التبول. وثمة أدلة على أن هذه الخاصية لأوراق الهندباء قد تعمل كمنظم لمستوى السكر بالدم ، أيضًا ، تحتوي أزهار الهندباء على مركب (ليتولين - LUTEOLIN) المضاد للأكسدة.

تنمو هذه النبتة في المناطق المعتدلة على التلال والجبال وتوجد في جنوب أوروبا وحوض المتوسط ، وتوجد فصائل هندباء أخرى في الولايات المتحدة واليابان وروسيا .







وصف العسل :

يجمع عسل الهندباء في منتصف الربيع ويعتبر ازهرار الهندباء مؤشرًا على أن موسم نحل العسل قد بدأ.

لونه أصفر ليموني إلى أصفر غامق ، قوامه كثيف جدًا ولزج له أريج زهري قوي نافذ. مذاقه مميز ولاذع قليلاً ، قوي ويدوم مفعوله في الفم ، هذا النوع من العسل نادر، لأن رحيق الأزهار قليل ونادرًا ما يهتم النحالون بحصاده . يحتوي على نسبة عالية من الفركتوز مما يجعله عاملاً جيدًا في تعزيز مستويات الحيوية عند الإنسان يتبلور بسرعة ويشكل حبيبات صغيرة . ولهذا يجب أن يجنى سريعًا ، يمكن تناول هذا العسل مع الخبز المحمص أو البسكويت ، أو الفاكهة الطازجة أو الأجبان الطرية والاستعاضة به عن السكر في الشاي.

الفوائد الطبية والصحية :

بالنسبة للفوائد الصحية يعتبر هذا العسل مميزًا جدًا ومن خصائصه :

- يشتهر بخاصيته المدرة للبول.
- تعزيز الحيوية .
- يقي صحة الكبد والطحال والبنكرياس والمثانة والأمعاء ، والمعدة .
- ينصح به في حالات الاكتئاب والتوتر النفسي وللمصابين بالركود البدني الداخلي والبلادة.
- يستطيع الذين يعانون من فائض الدهنيات و المحليات المركزة والسكريات الاستفادة من تناول كوب شاي محلى بهذا العسل يوميًا .
- فاتح للشهية ومنشط للهضم ، ويعتبر مضاد للفيروسات الكبدية .



عسل الكينا (الكافور)

EUCALYPTUS HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة :

يوكاليبتوس ، كاليبس (تونس ، المغرب) ، الكافور (مصر والمملكة العربية السعودية) البان (السودان) ، الكينا (بلاد الشام) .

اليوكاليبوتس طائفة نباتية من رتبة الماغنوليات تضم ١٣٠ جنس أشهرها الكينا والآس والجوافة ، تهيمن هذه الأشجار على الغطاء النباتي الشجري في أستراليا والجزر التابعة لها ، يوجد منه أكثر من ٧٠٠ فصيلة ، موطن غالبيتها العظمى استراليا والمناطق القريبة منها ، يوجد ١٥ فصيلة فقط خارج أستراليا ومحيطها ، منها ٩ فصائل غير موجودة في أستراليا ، تنبت أشجار الكاليبتوس (الكينا) في المناطق المدارية والمعتدلة مثل الأميركتين وأوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا والصين وحوض البحر المتوسط ، وبالإضافة إلى أستراليا استنبت اليوكاليبتوس في البرتغال وأسبانيا وإيطاليا ودول المغرب العربي ومصر والسودان والمملكة العربية السعودية وولاية كاليفورنيا .

اليوكاليبتوس أشجار دائمة الخضرة (باستثناء بعض الأنواع التي تنفض أوراقها بعد فترات من الجفاف) .

ثمة أنواع يفرز جذعها سائل النسغ يطلق عليها أشجار الصمغ ، تمتص المياه الجوفية بشراهة ويمكن غرسها حتى ارتفاع ١٠٠٠ فوق سطح البحر ، يتفاوت ارتفاع أنواعها بين ١٠ و ٦٠ متراً .

تنتج كافة أنواع الكينا الخشب ، لها رائحة ليمونية عطرية ويستخرج من الأوراق



زيت أساسي عطري له خواص علاجية وصحية منها : التهاب القصبات الهوائية (بمسح بضع قطرات على الصدر ، أو استنشاق أبخرته) ويوقف النزيف موضعيًا لأنه قابض للأنسجة.

أكثر صفات أشجار البوكاليبتوس لفتًا للانتباه أزهارها الجميلة الفريدة الأشكال ، تتفاوت ألوانها بين الأحمر أو الأبيض أو الأصفر أو الوردي أو البيج ، وبسبب كثرة أنواعها ، تختلف أوقات التزهير ، مما يمكن من قطف العسل في كل شهر من السنة لكن المحصول الرئيس يقطف في شتاء و ربيع أستراليا وفي منتصف الصيف في بلدان حوض البحر المتوسط . كذلك تختلف أنواع عسل الكينا من حيث الرائحة واللون والمذاق تبعًا لنوع أشجار الكينا.

وصف العسل

نظرًا إلى تعدد أنواع أشجار اليوكاليتبوس تتعدد أنواع عسل الكينا وصفاته بدأ بالاسم الذي يباع تحت أسماء عسل الكينا أو عسل الكافور أو عسل اليوكاليبتوس.

تأتي أستراليا في مقدمة الدول المنتجة لأعسال الكينا المتعددة تصل إلى ١٥٠ نوع عسل (حوالي ٥٠٪ من إنتاج العالم) تليها جزيرة تسمانيا التابعة لها ومن ثم إيطاليا ودول المغرب العربي . ويقطف القليل منه في كل من مصر وفرنسا وأسبانيا وسريلنكا .

يتفاوت لون عسل الكينا بين العنبري الداكن والعنبري الفاتح جدًا أو الأصفر الكهرماني . له رائحة مميزة ، حلاوته معتدلة . مذاقه شديد أو معتدل له نكهة نعناع خفيف أو نكهة ليمونية ، يحتوي عسل الريدغام الأوسترالي على أعلى مستوى من المضادات الحيوية مقارنة مع أنواع عسل الكينا الأخرى . مما يجعل لونه داكنًا أكثر ومذاقه غير سلس وشديد ، ويتميز عسل الليزروود التسماني بكثرة الطلب عليه بسبب رائحته العطرية القوية ومذاقه الفريد . (سنفصل لاحقًا أهم أنواع عسل الكينا في أستراليا) ويتميز عسل الكينا في بلدان حوض



المتوسط بلونه الذي يتفاوت بين العنبري والبيج ، رائحته واخزة .ومذاقه مذاق حلوى الكاراميل لكن أكثر سلاسة .

عسل الكينا في دول المغرب العربي :

أدخلت السطات الفرنسية أشجار اليوكاليبتوس إلى هذه الدول سنة ١٩٢٠ م من فصيلتين .

EUCOLYPTUS CAMALDULENIA

EUCOLYPTUS SIDEROXYLON

ومحصول العسل يشكل نسبة ٥٠٪ من كامل محصول العسل في هذه الدول ، رغم أنه ليس بحلاوة أنواع العسل الأخرى .

عسل الكينا الفرنسي :

كثيف القوام ، رائحته مميزة ونكهته خاصة .

عسل الكينا الإيطالي :

رائحة عطرية قوية ، لون بيج كريمي ، يتبلور بسرعة . ذو مذاق شهي .

عسل الكينا الأسباني :

مذاق شديد يدوم تأثيره في الفم طويلاً ، لونه نبري داكن ، يستعمل شعبيًا لعلاج أمراض الجهاز التنفسي.

عسل الكافور الجبلي المصري وعسل الكينا السوري ينتج عن فصيلة EUCALYPTUS GLOBULUS ومواصفات العسل تماثل مواصفات النوع الاسترالي الناتج عن هذه الفصيلة من اليوكاليبتوس .

عسل الكينا الأميركي (كاليفورنيا) :

يتفاوت في اللون والمذاق لأنه عسل ناتج عن عدة مصادر من أزهار اليوكاليبتوس



المختلفة ، لا يمكن تصنيفه عسل متعدد المصادر الزهرية ، لأنه ناتج عن جنس نباتي واحد. يستخدم للوقاية من نزلات البرد والصداع.

الخواص الصحية والعلاجية

تشترك كافة أنواع عسل الكينا بالخواص الصحية والعلاجية نفسها ، لكن بدرجات مختلفة تبعًا لاختلاف نسب المكونات لكل نوع عسل وقد وصف أحد الأطباء الألمان هذا العسل (بكافة أنواعه) بأنه قيمة غذائية لا تقارن ، لهذه الأسباب :

- يجدد خلايا الدم وينقيه من السموم .
- يقوي الجسم ويثير الشهية للطعام .
- بسبب خاصيته الترميمية للخلايا والأنسجة ينصح الشخص بتناول ملعقة إلى ٣ ملاعق منه يوميًا في حال كان يخضع إلى أي نظام حمية غذائي (ويجب الحذر لمرضى السكري) .
- عسل الكينا مضاد للالتهابات ، مقشع ، مزيل الروائح الكريهة ، مطهر ، مضاد للبكتيريا ، يحفز الدورة الدموية ، يريح العضلات المتشنجة ، ويعتبر علاج طبيعي لمشاكل الجهاز التنفسي .
- يستعمل لعلاج الجروح والتقيحات والحروق وتخدش الجلد والدمامل.
- يقوي عضلة القلب .
- يطرد الديدان من الأمعاء .
- يساعد في علاج لسعات الحشرات .
- يساهم في علاج الروماتيزم وعرق النسا وتمزق الأربطة والأوتار وتصلب العضلات والتليف والآم الأعصاب.
- يزيل الاكتئاب والتوتر النفسي وينشط الجسم والعضلات.
- يخفف الأوجاع والآلام.
- يقي من نزلات البرد والتهاب الشعب الهوائية ويخفف السعال والصداع .



عسل السنفية

FIREWEED HONEY

الصفات النباتية

الاسم الشائع : السنفية ، عشبة النار

الاسم العلمي: EPILOBIUM ANGUSTIFOLIUM

السنفية أو الفايرويد ، نبات عشبي حولي من الفصيلة الأبيلوبيونية ، تنمو العشبة بريًا (لا تزرع) في غابات كندا والولايات المتحدة وبريطانيا على الحقول والمراعي يحتاج نموه الغزير إلى تربة كلسية رطبة مائلة إلى الحمضية . يستفحل نموها في الأراضي المفتوحة التي لا يوجد عليها منافس نباتي آخر ، وخاصة الأراضي التي تعرضت لحريق غابات ، أو قطعت غاباتها . دعيت باسم عشبة النار لأنها تزهر وتجعل منظر الوادي وكأنه اشتعل نارًا ، يبلغ ارتفاعها ٠,٥ الى ٢,٥ سم . تموت العشبة عندما تظللها الأشجار لكن البذور تبقى حية سنوات طويلة تنتظر إلى أن تلقي الشمس أشعتها مرة أخرى ، تزهر السنفية أوائل شهر يونيو ، لون الأزهار المتناسقة محوريًا أحمر قاني إلى وردي يبلغ قطرها ٢ إلى ٣ سم . ينجذب النحل بقوة إليها ، تخلط الأزهار مع أعشاب أخرى لأغراض الطبخ ، ويصنع من جذورها شاي " كابور الروسي" .



وصف العسل

لا يدوم تزهير العشبة أكثر من أسبوع واحد ولا يتدفق الرحيق إلا إذا كانت نسبة الرطوبة أقل من ٥٠٪ . يتفاوت محصول العسل من سنة إلى أخرى كثيراً تبعًا لأحوال الطقس .

وأحيانًا لا يقطف أي محصول عندما يكون الطقس سيئًا للغاية . غلة العسل تكون وفيرة مرة واحدة كل خمس سنوات .

لون عسل السنفية أصفر شاحب إلى كريم. مذاقه دهني رقيق ، يتمتع هذا العسل بشعبية تفوق بكثير أنواع العسل الأخرى في أميركا وكندا ، هو عسل رائع يسيل اللعاب ، زكي الرائحة ، حلو المذاق مثل مذاق حبة كمثرى صيفية ، قوامه سميك ويتبلور ببطء جدًا ، يتوفر هذا العسل بكثرة في غرب كندا وشمال غرب الولايات المتحدة ، يحتوي هذا العسل على فقاعات هواء صغيرة .

الخواص الصحية والغذائية

- يحتوي مركبات مضاد للالتهابات والبكتيريا .
- يساعد في علاج اضطرابات الجهاز الهضمي وعلل الجهاز التنفسي.
- يستخدم في مستحضرات العناية بالجلد.
- يقي من تضخم غدة البروستاتا أو يخفف من تضخمها .



عسل هاواي الأبيض

HAWAII WHITE HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : شجرة المسكيث الاستوائي KIAWE TREE

الاسم العلمي : PROSOPIS PALLIDA

جنس من النباتات المزهرة من الفصيلة البقولية, عائلة اشجار الكيهافي KIAWE المسكيت .

وهي أشجار شوكية معمرة يصل ارتفاعها في الظروف المناخية إلى ٣٠ متر وتشكل غطاءً نباتيّاً من الأدغال. ولكن على الأراضي البور والمعرضة للرياح الجافة والمناخات شبه الصحراوية . تكون صغيرة الحجم ويتراوح ارتفاعها من ٥ الى ٧ أمتار. يصل ارتفاع الأشجار التي تنمو على جزيرة هاواي البركانية إلى ٢٠ متر . وتنمو على ارتفاع ٦٠٠ فوق سطح البحر . وتعتبر التربة البركانية أفضل تربة لنموها . نقلت هذه الأشجار من المكسيك إلى هاواي منذ قرون واستوطنت جيدا وخاصة على جزيرة ماوي البركانية. تبدأ أشجار الكيهافي التزهير عندما تبلغ من العمر ٣ إلى ٤ سنوات . قد تزهر الشجرة البالغة في أي وقت من السنة , ولكن عادة ، تزهر من يناير إلى مارس . وتزهر أيضًا في السنوات التي تشهد أمطاراً غزيرة في فصل الصيف من سبتمبر إلى أكتوبر. تتمع هذه الأشجار بموسم تزهير طويل وبأزهار كثيرة العدد ذات رحيق غزير. تحمل سوق أسطوانية الشكل , طولها ٨ إلى ١٥ متر الأزهار ذات اللون الأصفر مع مسحة من اللون الأخضر .



وصف العسل

تختص جزيرة ماوي الهاوايية بإنتاج هذا العسل الفاخر. لونه أبيض براق (يشبه لون لب الكمثرى الصيفية) . رائحته خفيفة . والمذاق لايمكن وصفه بالتحديد لعدم القدرة على مقارنته بنكهات اخرى _ خلافا لأي نوع عسلٍ آخر _ ويظن الأشخاص الذين يتذوقونه للمرة الأولى بأنه ليس عسلاً صافياً بل أضيف له مستخلصات دسمة . كالزبدة مثلا . ويمكن القول أن المذاق رقيق فيه شيء من الحدة، دسم , أستوائي النكهة . قوامه كثيف يتبلور فور فرزه. يجب أن يقطف في التوقيت المناسب . فإذا قطف في وقت أبكر مما يجب تكون نسبة الرطوبة فيه عالية ويتخمر داخل العبوات وإذا قطف متأخرا , يتبلور داخل الأقراص ويعني أن فرز العسل يحتاج للحرارة , ممايفقده قيمته الغذائية ويثبط الأنزيمات.

يعمل النحالون على التأكد من أنه عسل صافٍ من مصدر زهري واحد ، ونقي من الشوائب . وكلما كان نقيا وصافيا أكثر كانً لونه أكثر بياضاً . تصدر جزيرة هاواي ٢٥٠ طن من أصل محصول عسل أبيض يبلغ ٤٥٠ طن .

الخواص الصحية والعلاجية

- عسل هاواي الأبيض موثق بأنه عسل عضوي . مما يعني أن في نقاوته فوائد صحية شاملة .
- يستعمل لعلاج الإسهال والدوسنتاريا .



عسل الهرقلية

HOGWEED HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : الهرقلية ، رجل الوزة ، عشبة الشيطان ، السفندليون ، هرقلية زغبية

الاسم العلمي: HERACLEUM SPHONDYLIUM

الهرقلية نبات عشبي ثنائي الحول ينمو في براري آسيا وأوروبا ، من الفصيلة الخيمية التي تضم البقدونس والشمرة والجزر واليانسون والكرفس وتضم هذه العائلة نباتات تعتبر الأكثر سمية من النباتات العشبية . يجود نموها في التربة الخصبة الرطبة . السويقات منتصبة قاسية يتراوح ارتفاعها بين ٣٠ و ٢٠٠ سم ، تتفتح الأزهار البيضاء (أو الوردية) على شكل مظلة دائرية الشكل يتراوح قطرها بين ٥ و ١٥ سم ، من يونيو إلى أيلول تستخدم هذه العشبة لتنظيم الطمث وعلاج ضغط الدم والقصور الكلوي .



وصف العسل

عسل نادر ، مذاقه شديد ، رائحته قوية ، ينفر منه متذوقي العسل ، باستثناء سكان الجبال حيث ينتج . لونه عنبري داكن ، قليل الكثافة ، يتبلور بعد فترة طويلة .

الخواص الصحية والعلاجية:

- يدر الطمث وينظمه.
- مثير للشهوة الجنسية .
- يعالج الوهن والعنة.
- يساعد على الهضم .
- مدر للبول.



عسل ايرن بارك

IRONBARK HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة :إيرن بارك ، ماغا

الاسم العلمي : EUCALYPTUS SIDEROXYLON

إيرن بارك اسم شائع يطلق على ثلاثة مجموعات مصنفة علميًا من فصائل جنس الكينا (الإيرن بارك الأحمر والإيرن بارك الوردي والإيرن بارك الأبيض) ، تنمو في جنوب غربي ولاية كوينزلاند الأسترالية ، يتفاوت ارتفاع المجموعات الثلاث مابين ٢٥ و ٣٦ مترًا ، تعتبر أشجار الإيرن بارك مميزة جدًا بسبب قدرتها على تحمل مختلف المناخات ، من جهة يكفيها أقل من ٤٠٠ سم من المطر سنويًا ، ومن جهة أخرى تنمو في المناطق التي تتلقى ١٠٠٠ سم من المطر . تنمو على السهول وسفوح الجبال و تبرز جليًا بسبب جذعها الأسود الذي يفرز كميات وافرة من الصمغ .

تزهر الايرن بارك من أوائل الخريف إلى أواخر الشتاء (مارس إلى سبتمبر) ، خلال هذا الوقت تزهر كل شجرة بمفردها عدة شهور وأحيانًا تزهر على مدار السنة ، وهي من أكثر الأشجار التي يعول عليها في إنتاج العسل.



وصف العسل

لونه عنبري فاتح مع مسحة من اللون البرتقالي ، يتبلور بعد وقت قصير من جمعه ، قوامه كثيف كريمي ورائحته خفيفة تذكر بشذى أزهار اللوز ، حلاوته خفيفة ومذاقه خاص وفريد يفضله ذواقة العسل ولكن الناس تنقسم حول مذاقه ، منهم من يعتبره قمة النكهة وآخرون لا يريدون السماع به .

عندما تكون رطوبة التربة عالية تعطي خلية النحل الواحدة ما بين ٢٠ و ٥٠ كجم .

الخواص الصحية والعلاجية

تماثل خواصه الخواص الصحية والعلاجية لعامة أنواع عسل اليوكاليبتوس.



عسل ليزروود

LEATHERWOOD HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : ليزر وود

الاسم العلمي : EUCRPHIA LUCIDA

الليزروود أشجار وشجيرات مزهرة من جنس اليوكاليبتوس (الكينا) صغيرة الحجم . موئلها جزيرة تسمانيا الأسترالية ، وهي أشجار جذابة تستخدم في حقلي البستنة والنحالة ، يتراوح ارتفاعها بين ٢ و ١٠ أمتار (أحياناً يمكن أن تصل إلى ٢٥ متر في الظروف البيئية والمناخية الملائمة) .

تتمتع هذه الأشجار بانتشار واسع في غابات تسمانيا الرطبة ، وقامت " جمعية النباتات الوطنية الأوسترالية - فرع تسمانيا مؤخرًا " باعتماد هذه الأشجار لتكون الرمز الزهري لهذه الجزيرة بديلاً عن أشجار البلوغام " BLUE GUM" التسمانية .

تكسو أعداد وافرة من الأزهار البيضاء أشجار الليزروود في فصلي الربيع والصيف ، ويعبق الجو برائحتها العطرية القوية . الأزهار جميلة ولكن رحيقها هو الذي يعطي هذه الأشجار قيمة تجارية - وخلال الصيف يمكن رؤية صفوف متراصة من خلايا النحل على طرق الغابات وضعها النحالون للاستفادة من وفرة هذا الرحيق.



وصف العسل

يعتبر عسل الليزروود مميز جدًا، لونه ذهبي فاتح ، ذو رائحة عطرة وقوامٍ كريمي يذوب ببطء في الفم ، يوصف مذاقه بأنه لاذع مثل التوابل ، ويشبه قليلا مذاق الكاري . مذاق هذا العسل يقسم الناس إلى فئتين ، فئة لا تستطيع التأقلم مع مذاق ورائحة العسل غير الاعتيادية ، والثانية تعتبر المذاق رائعًا ، خاصة وأن حلاوته ليست جارحة . يشكل محصول عسل الليزروود ٧٠٪ من مجمل محصول أعسال الكينا في أستراليا ، وقد ترسخت مكانته في العالم كعسل ذواقة راقي .

الخواص الصحية والعلاجية

تماثل خواصه الخواص الصحية والعلاجية لعامة أنواع عسل اليوكاليبتوس.



عسل الزيزفون

LINDEN HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الزيزفون

الاسم العلمي : TILIA

تدعى شجرة الزيزفون ملكة النباتات المنتجة للعسل ، لأن الهكتار الواحد يعطي حوالي ١٠٠٠ كجم من العسل . وهي جنس من الأشجار المعمرة تنتمي إلى الفصيلة الخبازية . قد يصل ارتفاع الشجرة إلى ٣٠ متراً . يوجد نوعان أساسيان .

صغير الأوراق TILIA CORDATA

كبير الأوراق TILIA PLATYPHYLLOS

ينصب الاهتمام من حيث النواحي الطبية وإنتاج العسل على النوع الأول .
تزهر شجرة الزيزفون في منتصف الربيع ولون الأزهار أبيض ضارب إلى الأصفر .
تكثر أشجار الزيزفون في المناطق المعتدلة من نصف الكرة الشمالي ، أوروبا وآسيا وشرقي الولايات المتحدة وجبال لبنان وسوريا وتركيا .



مواصفات العسل

يجنى عسل الزيزفون في منتصف الصيف ويعتبر عسلا ممتازًا من الناحيتين الغذائية والعلاجية . لونه أصفر باهت إلى أصفر برتقالي ، رائحته عطرية مميزة أشبه بشذى الغابات المنعش . سميك القوام لزج ويتبلور ببطء . أكثر البلدان إنتاجًا لهذا العسل سوريا ، تركيا ، الولايات المتحدة ، إنجلترا.

الفوائد الصحية والعلاجية

- له صفات مطهرة ومسكنة لذلك يستعمل لعلاج الجروح.
- يعتبر أفضل طعام يؤخذ قبل النوم لأنه يرخي الجسم.
- ينصح به في حالات التوتر النفسي والقلق والأرق.
- يستعمل لعلاج نزلات البرد والتهاب الشعب الهوائية والسعال.
- يساعد على التعرق الشديد.
- ينصح به في حال السمنة لتخفيف الوزن طبيعيًا .
- يساعد في علاج الاضطرابات العصبية والهضمية .



عسل نيم الهندي

NEEM HONEY

الصفات النباتية

الاسم الشائع : نيم ، نيب ، مارغوسا

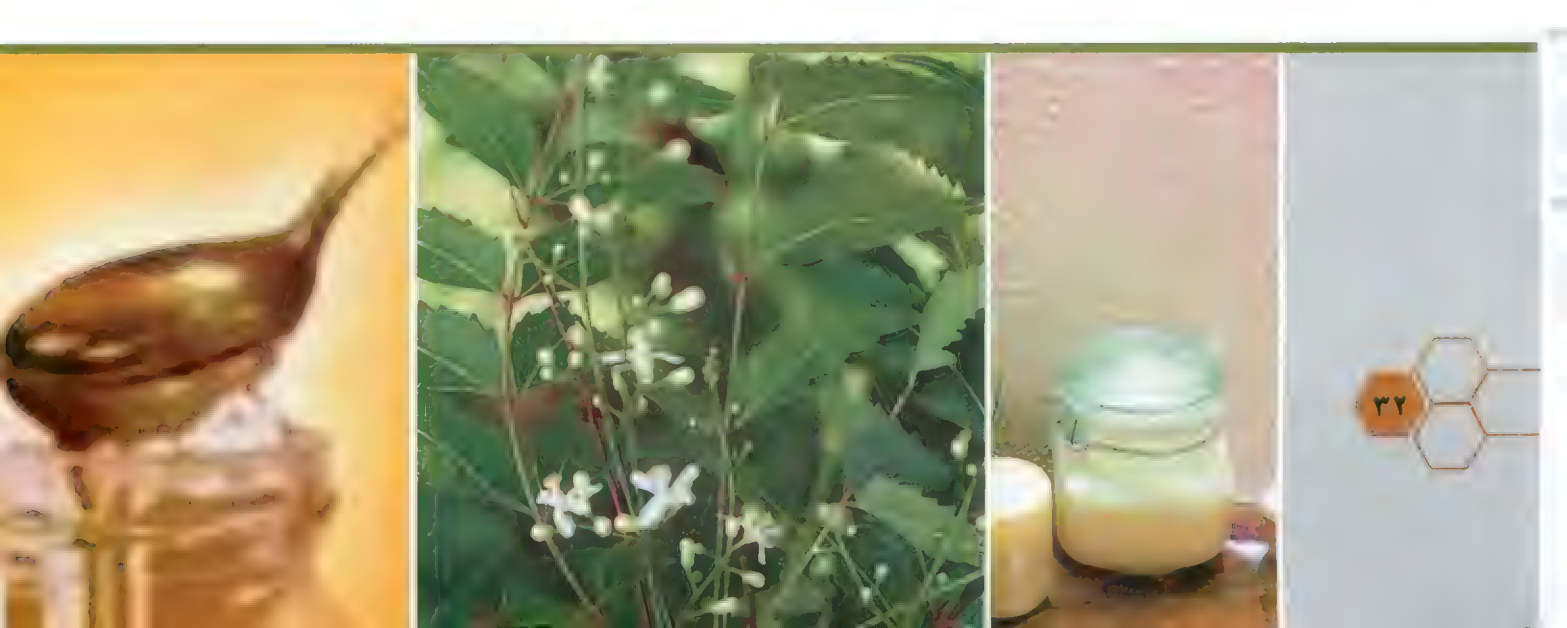
الاسم العلمي : AZADIRACHTA INDICA

تنتمي أشجار نيم إلى الفصيلة الزنزلختية التي تتميز بقدرتها على تنقية التربة من الأملاح .

النيم أشجار معمرة قد يمتد عمرها إلى ٢٠٠ سنة . موطنها الأصلي دول شبه القارة الهندية وبورما . تنمو في المناطق الاستوائية وشبه الاستوائية . نقلت زراعتها إلى شرق أفريقيا وبدأت زراعتها في السودان منذ ٩٠ سنة عند مجريي النيل الأزرق والنيل الأبيض ومؤخرًا تمت زراعة ٤٠٠٠ شجرة نيم في مصر .

قد يصل ارتفاع الشجرة مابين ١٥ و ٢٠ مترًا وفي أحوال نادرة يصل إلى ٤٠ متر . أشجار دائمة الخضرة ولكن في مواسم القحط الشديد تسقط أوراقها . النيم شجرة سريعة النمو ، وتمتد جذورها مسافات طويلة .

يزهر النيم من يناير إلى مايو ، الأزهار صغيرة الحجم لونها أبيض على أصفر أو وردي ، لها رائحة عطرية تتجمع حول ساق يحمل عدة أغصان على شكل باقات متدلية ، يحمل الساق المحوري مابين ١٥٠ و ٢٥٠ زهرة ويبلغ طول الزهرة ٥ إلى ٦ ملم وعرضها ٨ إلى ١١ ملم ، ونجد على نفس الساق أزهار وحيدة الجنس وأزهارا ذكرية .



يطلق الهنود أسماء متعددة على هذه الأشجار دلالة على خواصها العلاجية المتعددة التي عرفت منذ ما يقارب ٥٠٠٠ سنة ، ومن هذه الأسماء شجرة الشفاء ، مخزن الدواء الطبيعي ، الدواء الشامل لكل الأمراض ، صيدلية القرية وغيرها ، يعرف عن المنتجات المشتقة من النيم بأنها مضادة للبكتيريا والفيروس ، مسكن ، تمنع الحمل (يستعمل زيت البذور لقتل الحيوانات المنوية) وتعتبر جزءًا أساسيًا في الطب العربي والطب الإيورفيدي .

وصف العسل

يقطف عسل النيم طوال شهور السنة ، لونه عنبري لزوجته منخفضة مذاقه حلو ، يميل إلى المرارة ، يتبلور بسرعة ، ذو رائحة عطرية قوية . يعتبر في الهند أفضل أنواع العسل غذائيًا وصحيًا وعلاجيًا و في إنتاج العسل تأتي الهند في المقدمة تليها نيبال وسريلنكا .

الخواص الصحية والعلاجية

- يقوي النظر.
- ينظف الدم من السموم.
- يرفع القدرة الجنسية ويزيد من عدد الحيوانات المنوية .
- يساعد في علاج التهابات جهاز البول.
- يحافظ على وزن الجسم والرشاقة مما يعزز الثقة بالنفس.



عسل البقس الشوكي

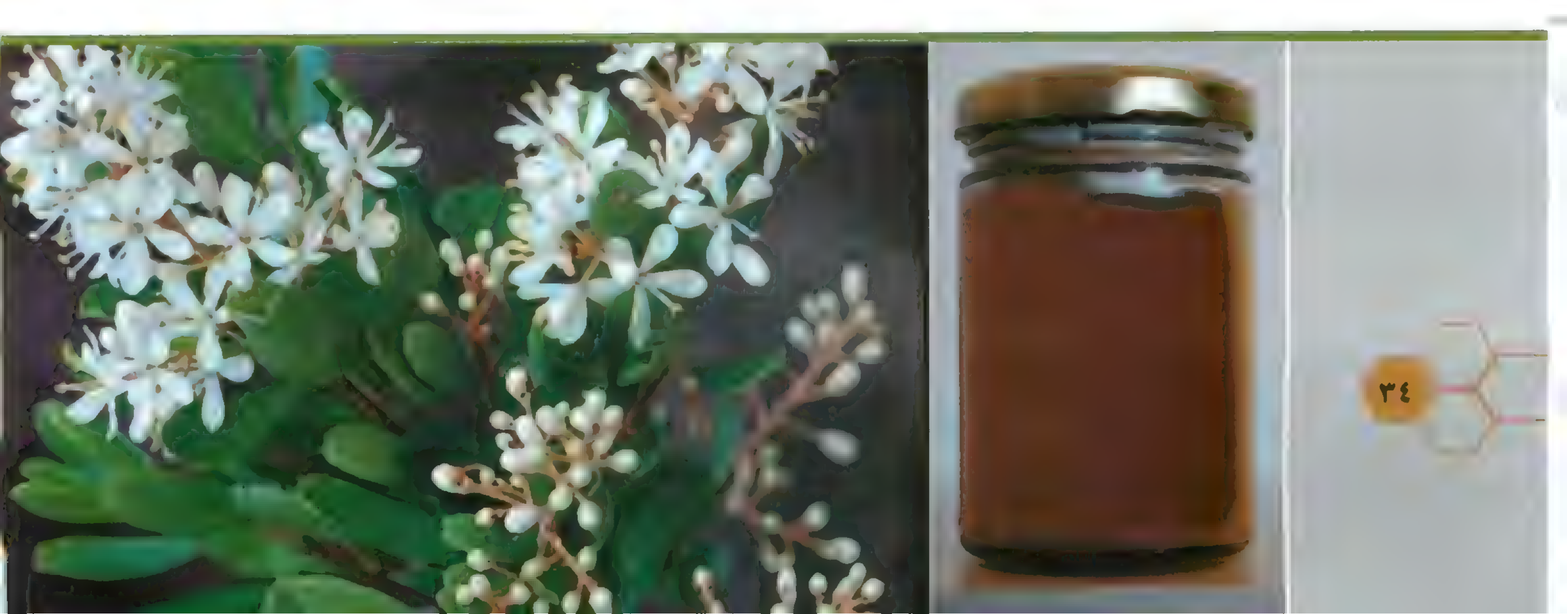
PRICKLY BOX HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : البقس الشوكي ، الصنوبر الشوكي (شجيرة الميلاد التسمانية)

الاسم العلمي : BURSARIA SPINOSA

البقس الشوكي من جنس العائلة السرخية شجيرات منتصبة يتراوح ارتفاعها بين ٣ و ٤ أمتار ، تنمو على سفوح الجبال والأراضي الصخرية المروية جيدًا وتزدهر في الأماكن المشمسة أو المظللة قليلاً ، إن كان ذلك في المناطق الساحلية أو الداخلية ، تظهر الأزهار في منتصف الصيف من نوفمبر إلى فبراير وتكون على شكل عناقيد كثيفة محمولة على رؤوس الأغصان ، لونها أبيض كريمي ، قطرها ٠,٧ إلى ٠,٢١ سم . وهي غزيرة الرحيق ، تجذب رائحتها العطرية بالإضافة إلى نحل العسل ، الفراشات من كافة الأنواع .

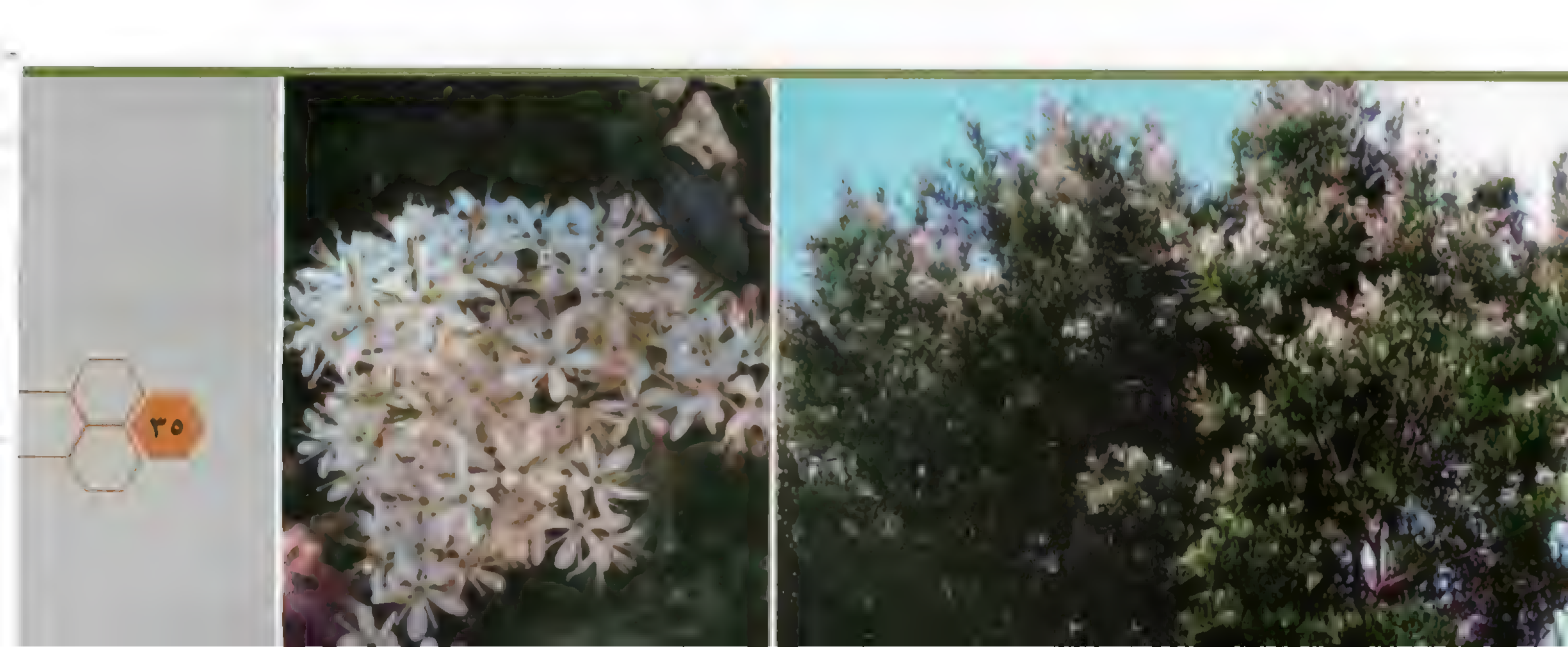


وصف العسل

يقطف العسل في الصيف ، وهو عسل محلي لا يباع خارج مناطقه . لونه عنبري له رائحة عطرية ذكية ، قوامه كثيف جدًا وهو أقسى من الزبدة المجمدة ، (أي ليس من أنواع العسل الذي يمكن فيه أن تغمس الملعقة بسهولة) هذا العسل يكون متبلورًا ، رائحته النفاذه تجعله العسل الأكثر عطرية في العالم ، مذاقه دهني سلس بنكهة التوابل والزنجبيل.

الخواص الصحية والعلاجية

- من أنقى أنواع العسل في العالم.
- يحتوي على مركب واقٍ من الشمس والأشعة فوق البنفسجية قوي الفاعلية و لذلك يصنع منه كريم طبيعي لهذا الغرض.



عسل الوثافية

PRIVET HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : الوثافية ، الرباطية .

الاسم العلمي : LIGUSTRUM VULGARE

الوثاقية جنس من النباتات من العائلة الزيتونية رتبة الشفويات موطنها وسط وغرب أوروبا ، شمال أفريقيا ، جنوب شرقي آسيا ، جنوب انجلترا ، والمغرب وغرب أسيا .

يكون نبات الوثاقية أحيانًا دائم الخضرة وأحيانًا نفضية يصل ارتفاعه حتى ٣ أمتار . تتفتح الأزهار في منتصف الصيف متموضعة على نوارات يتراوح طولها بين ٢ و ٦ سم ، لون الأزهار أبيض كريمي ، ذات رائحة عطرية ذكية ونافذة ، لا يستسيغها كثير من الناس ثماره سامة ، يشيع استعماله كسياج حول الحدائق والأماكن العامة والمنازل.



وصف العسل

رحيق الوثاقية يرغبه النحل أكثر مما يرغبه النحالون لونه داكن ، مذاقه حاد وغير لذيذ ، رائحته النفاذه تشبه رائحة السمك ، قوامه كثيف لزج ، يعمل النحالون على مزجه مع أعسال أخرى لبيعه .

يباع صافيًا في إيطاليا وأسبانيا وجنوب إنجلترا وفرنسا .

الخواص الصحية والعلاجية

- قابض للأنسجة ، مطهر للجروح.
- يساعد على تخفيف الإمساك.
- يخفض حرارة الجسم المرتفعة .



عسل ريد غام (الكينا الحمراء)

RED GUM HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : ريد غام ، ريد غام النهري ، صانعة الأرامل

الاسم العلمي : EUCALYPTUS CAMALDULENSIS

الريد غام أشجار مزهرة من جنس اليوكاليبتوس (الكينا) وتضم فصيلته ٨٠٠ نوع من الأشجار ، موطنها الأصلي أستراليا حيث تنتشر على جوانب مجاري المياه في الداخل الأسترالي ، توفر الظل في أيام القيظ وتلعب دورًا هامًا في تثبيت تربة ضفاف الأنهار ومنع الفيضانات .

يصل ارتفاع شجرة الريد غام إلى ٤٥ مترًا ، وأطلق عليها اسم " صانعة الأرامل " الغريب لأنه تسقط عنها أغصان رئيسية كبيرة دون أي إنذار وتقتل من يكون تحتها ، تنتشر زراعة هذه الأشجار على نطاق واسع في كل من السودان ومصر والجزائر وأسبانيا والبرازيل والولايات المتحدة وسريلنكا والباكستان وفولتا العليا ، للاستفادة من أخشابها المطلوبة جدًا في الأسواق .

تزهر الريد غام بين أواخر نوفمبر و أواخر يناير ، لون الأزهار أبيض وحبوب اللقاح من نوعية ممتازة تجذب النحل بشدة ، يتوقف إنتاج النحل في الأيام



الشديدة الحرارة وفي فترات سقوط المطر الذي يقضي على الأزهار.

وصف العسل

يقطف العسل في منتصف الصيف الأسترالي ، وهو عسل مرغوباً جدًا ، لونه عنبري داكن ، كثيف القوام ، يحتوي الكثير من الجزئيات الصلبة ، مذاقه سائغ وقوي يشبه مذاق عسل الحنطة السوداء مع نكهة اللوز والزبدة ، رائحته تماثل شذا الحمضيات . يتبلور بسرعة ، يحتوي قدرًا من مضادات الأكسدة أكثر مما تحتويه الأعسال الأخرى .

الخواص الصحية والعلاجية

- تماثل خواصه الخواص الصحية والعلاجية لعموم أنواع عسل اليوكاليبتوس .



عسل السدر

SIDR HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : سدر ، نبق ، عناب ، علب ، نبك

الاسم العلمي : ZIZIPHUS

السدر جنس من الأشجار والشجيرات الشوكية من العائلة العنابية (السدرية ، النبقية) رتبة الورديات . يضم حوالي ٤٠ فصيلة ، تنتشر في المناطق الحارة والمعتدلة في الكثير من مناطق العالم وبالأخص قارة آسيا ، بعض الأنواع أشجار نفضية وبعضها الآخر دائم الخضرة ، الأزهار صغيرة لونها أصفر مائل إلى الأخضر، غير واضحة المعالم ، لون الثمار أصفر أو أخضر أو بني أو أسود .

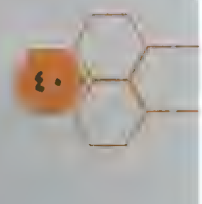
أشهر فصائل السدر العاسلة

١.سدر العناب ZIZIPHUS JUJUBA

أشجار شوكية يتراوح ارتفاعها من ٥ إلى ١٠ أمتار موطنها الأصلي الصين ، تنتشر في الجزيرة العربية وبلاد الشام وجنوب شرق آسيا وباكستان والهند ، تتحمل مختلف المناخات ولكنها تحتاج إلى صيف حار وأمطار لكي تثمر، تتحمل درجات الحرارة المنخفضة حتى ١٥ تحت الصفر ، ولا يضيرها المناخ الحار مهما ارتفعت درجة الحرارة ينمو سدر العناب في الجزيرة العربية على ارتفاعات منطقة دوعن ومنطقة شمير في اليمن ومرتفعات سلطنة عمان والمنطقة الوسطى والمنطقة الغربية في المملكة العربية السعودية-الطائف، يزهر سدر العناب من الربيع (شهر أبريل) حتى الخريف ، الأزهار صغيرة قطرها حوالي ٠,٥ سم اللون أصفر شاحب على أخضر الثمار كبيرة (حجم أقل من كرة تنس الطاولة) شكلها كروي أو بيضاوي ، يعتبر رحيق أزهار سدر العناب وأغلب عسل سدر العناب مصدره من الثمار اي عسل ندوه عسليه وهو مناسب لمرضى السكري حيث أجريت عليه بحث رساله الدكتوراة والتي بعنوان







الخواص الكيميائية لمنتجات النحل وتأثيرها على مرضى السكري .

وقد اثبتت بما لا يدع مجالاً للشك ان ملعقة كبيرة من هذا العسل (سدر العناب) على الريق مناسبة لمرضى السكري وتحفز الانسولين وتحسن من مستقبلات الخلايا ومن خلال التجارب مع آلاف المرضى ثبتت ذلك لدي في العيادة على مدى ٢٠ عام. وان كان مرضى السكري يجب أن يحذر من تناول العسل بكميات كبيرة لتأثيره على مستوى سكر الدم.

٢.السدر البري ZIZIPHUS SPINA - CHRISTI

أشجار وشجيرات دغلية كثيرة الشوك يطلق عليها أيضًا السدر الجبلي والسدر الضال والسدر العربي . يتراوح ارتفاعها بين ٣ و ٦ أمتار، تنتشر في الأودية والمرتفعات البرية في كافة مناطق المملكة العربية السعودية واليمن وعمان.

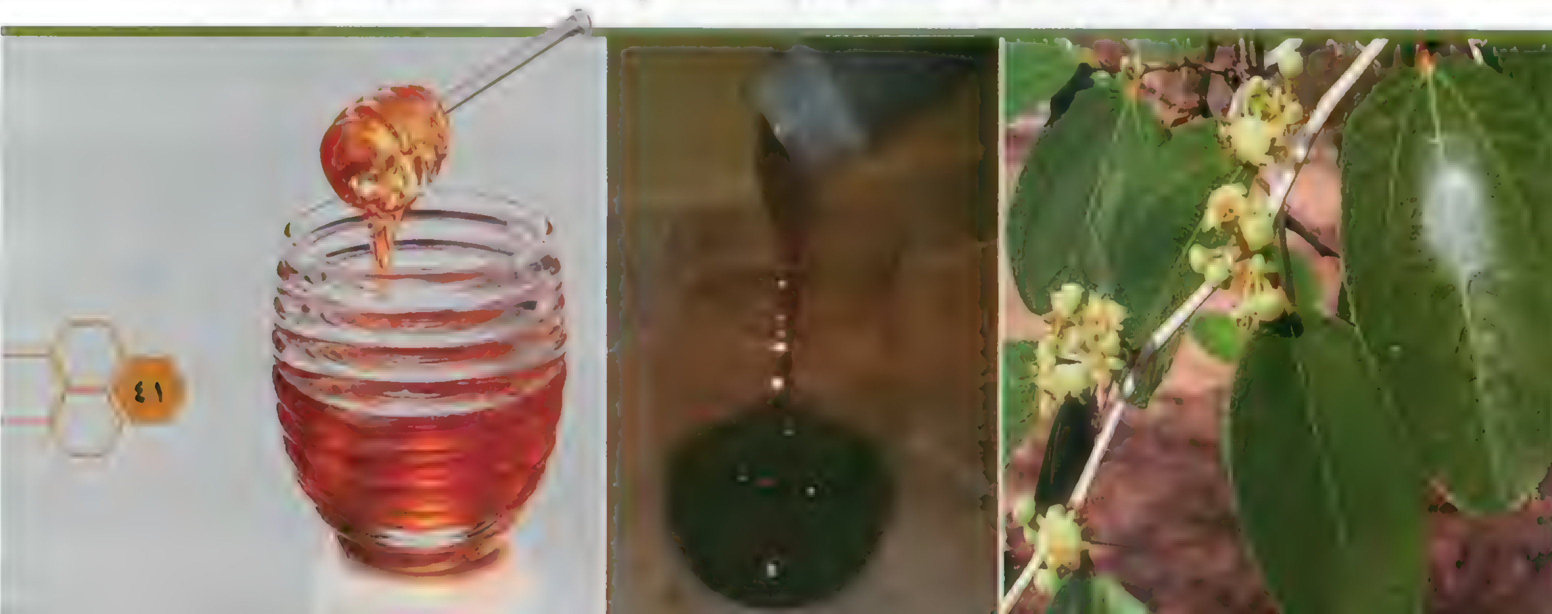
يطلق اسم السدر الضال على سدر الأودية والسدر الجبلي على سدر المرتفعات.

السدر البري أشجار نفضية تكون دائمة الخضرة في التربة الرطبة تزهر من مارس إلى أكتوبر.

الأزهار صغيرة لونها أصفر على أخضر ، يأتي السدر البري المقدمة من حيث كمية محصول العسل المنتج منه ، لكن عسل السدر البري أكثر جودة وندرة . ينمو السدر البري في كثير من أنحاء الجزيرة العربية والعراق والصومال وأثيوبيا وباكستان ، وأيضًا في جنوب الصين ، وسريلنكا هذا ولم تجر على هذا النوع من السدر الكثير من الدراسات العلمية ولهذا لم تتوفر الظروف العملية لاستنباته زراعيًا .

٣.السدر البستاني ZIZIPHUS NUMMULARIA

السدر البستاني شجيرات شوكية نفضية تنمو بشكل بري يتراوح ارتفاعها بين ٢ و ٣ أمتار ، و على الحقول الزراعية عامة، تنتشر في مصر والعراق وسلطنة عمان والكويت والهند وباكستان (كشمير) ، الأزهار صغيرة قطرها ٣ إلى ٤ ملم ثنائية الجنس لونها أصفر فاتح ، موسم التزهير ، شهور الصيف الماطرة - يوليو إلى سبتمبر يعتبر رحيق السدر البستاني المصدر الرئيس لعسل السدر الكشميري،تستعمل أوراق السدر البستاني في الطب الهندي الأيورفيدي، وفي التشابه هي الأقرب للسدر البري الجبلي.



٤.سدر اللوتس ZIZIPHUS LOTUS

شجيرات نفضية شوكية يتراوح ارتفاعها بين ٢ و ٥ أمتار. موطنها البحر الأبيض المتوسط ، وخاصة المغرب وتونس ولبنان وإيطاليا ، في التشابه هي الأقرب لسدر العناب ، يطلق عليها أحياناً العناب الأوروبي أو العناب الأفريقي . لون الأزهار أصفر شاحب على أخضر ، وفي أحيان نادرة أصفر فاقع . ثنائية الجنس صغيرة تزهر من الربيع إلى الصيف، يعطي سدر اللوتس الذي ينمو على جبال الأطلس في المغرب عسل سدر هو الأكثر شهرة في دول أوروبا الجنوبية كما يوجد في بعض مناطق المملكة العربية السعودية واليمن بالإضافة إلى هذه الفصائل الأربعة .

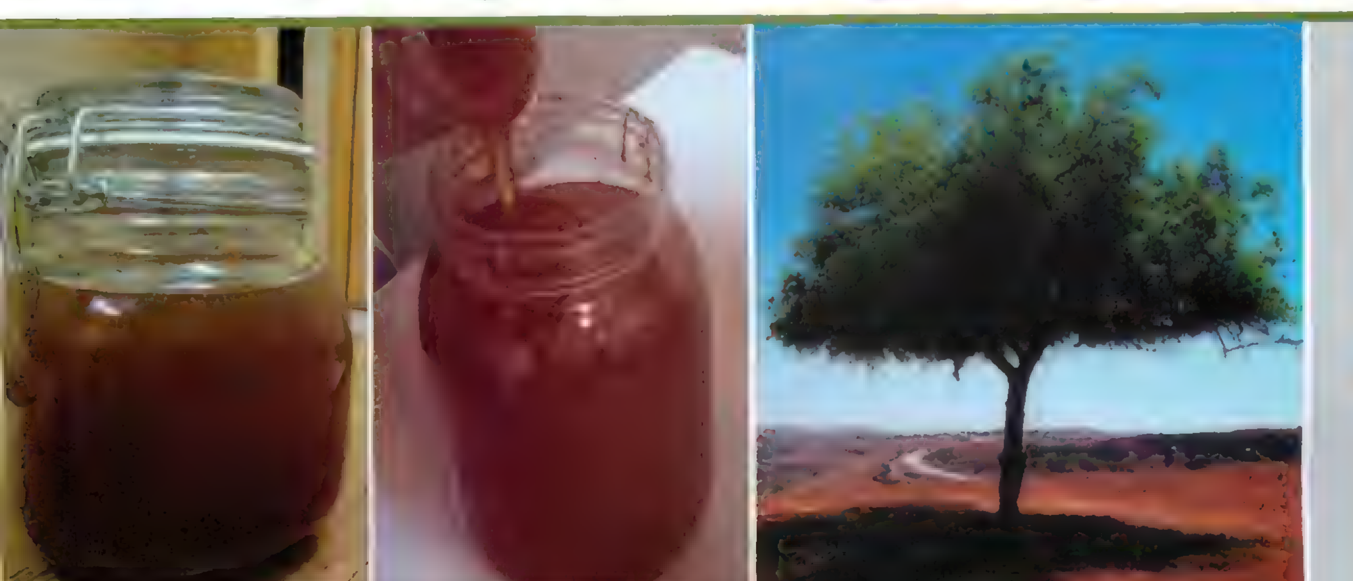
ثمة فصائل أخرى تنمو في موريتانيا والولايات المتحدة والمكسيك وأستراليا وبعض دول أوروبا وآسيا ، لا توجد إحصاءات حول محصول العسل من هذه الأنواع من حيث الحجم أو النوعية ، وإن وجد لا يرقى من حيث النوعية والجودة والشهرة إلى عسل السدر في الجزيرة العربية أو شمال أفريقيا أو كشمير.

وصف العسل

عسل السدر من أفخر أنواع العسل وأغلاها سعراً ، يتراوح لونه بين العنبري الذهبي والعنبري الداكن ، قوام لزج كثيف ، تبلوره بطيء جداً ، مذاق شديد الحلاوة ورائحة عطرية خفيفة مميزة جداً ، يستطيع من خلالها خبير العسل تبيان عسل السدر لكن الكشف عن الغش في العسل لا تتم إلا من خلال التحاليل المخبرية .

يقطف عسل السدر في الجزيرة العربية مرتين ، واحدة في الصيف والثانية في الشتاء السدر الصيفي هو النوع الأجود يقطف عسل السدر الكشميري ٣ مرات في السنة القطفة الثالثة هي الأجود ، لأن نسبة الرطوبة فيها الأقل. ويقطف عسل السدر المغربي مرة واحدة في الصيف.

يطلق على عسل السدر أسماء متعددة ، تبعًا للمنطقة التي قطف منها والمصدر الزهري . يطلق اسم عسل السدر الحضرمي من منطقة وادي دوعن (إضافة إلى العسل الدوعني) اسم سدر البغية على القطفة الأولى وسدر المربعي على القطفة الثانية واسم عسل سدر العلب (أو العليب) من السدر اللوتسي، واسم العسل الضال على العسل المنتج من السدر البري (Z. SPINA - CHRISTI) . وفي المملكة العربية



السعودية يطلق السدر الصيفي على القطفة الأولى واسم السدر على القطفة التانية . واسم عسل السدر البري المنتج من سدر Z. SPINA CHRISTI . كما تطلق أسماء العسل الجبلي والعسل الحر. واسم الشميري من وادي شمير في اليمن أو سلطنة عمان وعسل العناب في سوريا والصين وبعض دول أوروبا وأمريكا اللاتينية . وعسل السدر (دون صفة) على السدر الكشميري والمغربي والإيطالي والسوقطري ، إنتاج عسل السدر في بعض المناطق قليل جدًا . وفي بعض الأماكن الأخرى قليل أو وسط ، يعرف عسل السدر بأنه العسل الأعلى سعرًا في العالم.

الخواص الصحية والعلاجية

- ينفع في علاج فقر الدم.
- يعطى للحامل في شهرها الأخير لتحمية المخاض.
- يثير الحيوية الجنسية .
- يعالج سلس البول.
- يعالج التهابات المهبل.
- علاج مكمل لأمراض الكلى والكبد والطحال الفيروسية .
- ينشط عمل البنكرياس.
- يزيد خصوبة المرأة والرجل.

ملاحظة:

تبث بعض الإعلانات التجارية دعايات مبالغ فيها عن فوائد عسل السدر العلاجية ، متجاهلة ومتجاوزة كل المفاهيم الطبية الموثقة ، لعسل السدر الأصلي (مهما كان مصدره الزهري أو الجغرافي) المنتج من النحل الذي تغذى على رحيق الزهور البرية المعروفة فاعلية في علاج العديد من الأمراض في الطب الشعبي . ولكن يبدو أن المبالغة في خواص هذا العسل العلاجية تشير إلى عسل السدر المغشوش الذي يريد أصحابه بيعه بأعلى الأسعار.



عسل بلوغام التسماني

(الكينا الزرقاء)

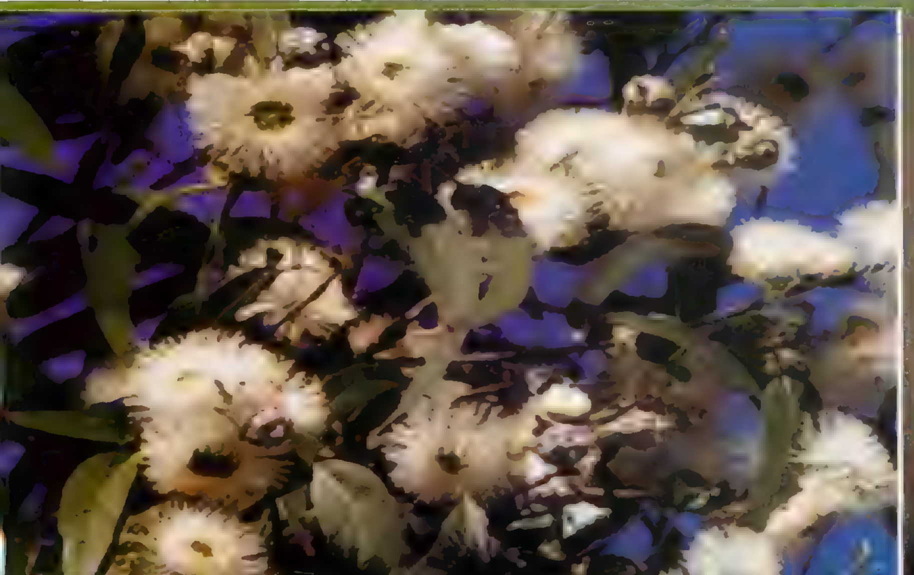
TASMANIAN BLUE GUM HONEY

وصف النبات

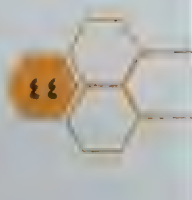
أشجار البلوغام جنس من الكينا (اليوكاليبتوس) وهي دائمة الخضرة ، تنمو على نطاق واسع في كافة أنحاء موطنها الأصلي أستراليا . وعلى مستوى العالم ، تجري زراعة أشجار البلوغام أكثر من أي فصيلة كينا أخرى ، وخاصة في كاليفورنيا ونيوزيلاندا وجنوب أفريقيا والدول الأوربية الواقعة على البحر الأبيض المتوسط وهاواي ، بسبب نموه السريع وتأقلمه مع مختلف الظروف المناخية والجغرافية خاصة المتوسطية ، يتراوح ارتفاع هذه الأشجار مابين ٣٠ و ٥٥ متراً ، وثمة شجرة ضربت الرقم القياسي في الارتفاع الذي وصل إلى ٩١ متراً .

تزهر البلوغام (الكينا الزرقاء) في فصلي الربيع والصيف ، (بالنسبة لأستراليا) وفي الخريف والشتاء (بالنسبة للمناطق الواقعة في النصف الشمالي في الكرة الأرضية) ، أزهار الكينا الزرقاء هي الأكبر حجماً بين أزهار الكينا الأخرى ، يبلغ قطر الواحدة ١,٥ إلى ٢ سم ، ملمسها شمعي ، و كل زهرة بمفردها تكون محمولة على محور الأوراق . لونها أبيض كريمي ويعطي رحيقها عسل قوي النكهة .

لأن هذه الأشجار هي معشوقة أهالي جزيرة تسمانيا الأسترالية عمدوا إلى اتخاذها شعاراً لجزيرتهم واعتبارها الزهرة الوطنية (ومن هنا دمج اسمها مع اسم الأشجار) يستخرج من جذعها زيت اليوكاليبتوس العطري الذي يستخدم في استطبابات عديدة ومختلفة ، ويصنع من أوراقها شاي علاجي لذيذ النكهة .







وصف العسل

يباع عسل البلوغام خام وغير معالج ، يقطف في أواخر الصيف ، مذاقه لاذع وقوي لكنه لا يهبط على اللسان فوراً . يجب التمضمض به للتمكن من الاستمتاع بكامل نكهة هذا العسل . يتبلور بعد فترة قصيرة من القطاف وقوامه كثيف كريمي . رائحته عطرية خفيفة تماثل شذى الأزهار . لونه عنبري داكن .

قد يكون الوقت ما زال مبكراً لكي يصل عسل البلوغام التسماني إلى مرتبة وشهرة العسل التسماني الآخر ((عسل الليزروود)) . لكن أهالي الجزيرة يقولون أن تجربته واجب على كل زائر لهم .

الخواص الصحية والعلاجية

- تماثل خواصه الخواص الصحية والعلاجية لعموم أنواع عسل اليوكاليبتوس .



عسل الزعتر

THYME HONEY

الوصف النباتي

الاسماء الشائعة : الزعتر , الزعتر البري

الاسم العلمي : الزعتر THYMUOS VULGARIS

الزعتر البري THYMUS SERPYLLUM

الزعتر البري

ينمو في التربة الصخرية وعلى سفوح الجبال في جنوب أوروبا ، كرواتيا ، مكدونيا، اليونان ، تركيا ومالطا وشمال أفريقيا وفي غرب آسيا وشمال شرقي الولايات المتحدة ونيوزلاندا .

تكون النبتة على شكل خميلة لاتعلو عن سطح الأرض أكثر من ٢ سم .

يتراوح لون الزهور مابين الليلكي و القرمزي الفاتح والأحمر والأبيض .

يبلغ طول الزهرة ٦ ملم وقطرها ٤ ملم . يبدأ موسم الإزهار في يونيو وينتهي في سبتمبر .

يحتوي الزعتر على زيت عطري غني بمركب الثايمول THYMOL وهو مطهر قوي ، مضاد للبكتيريا ، مضاد قوي للأكسدة ويستعمل زيت الزعتر في غسول الفم لمعالجة التهابات الفم والبلعوم .

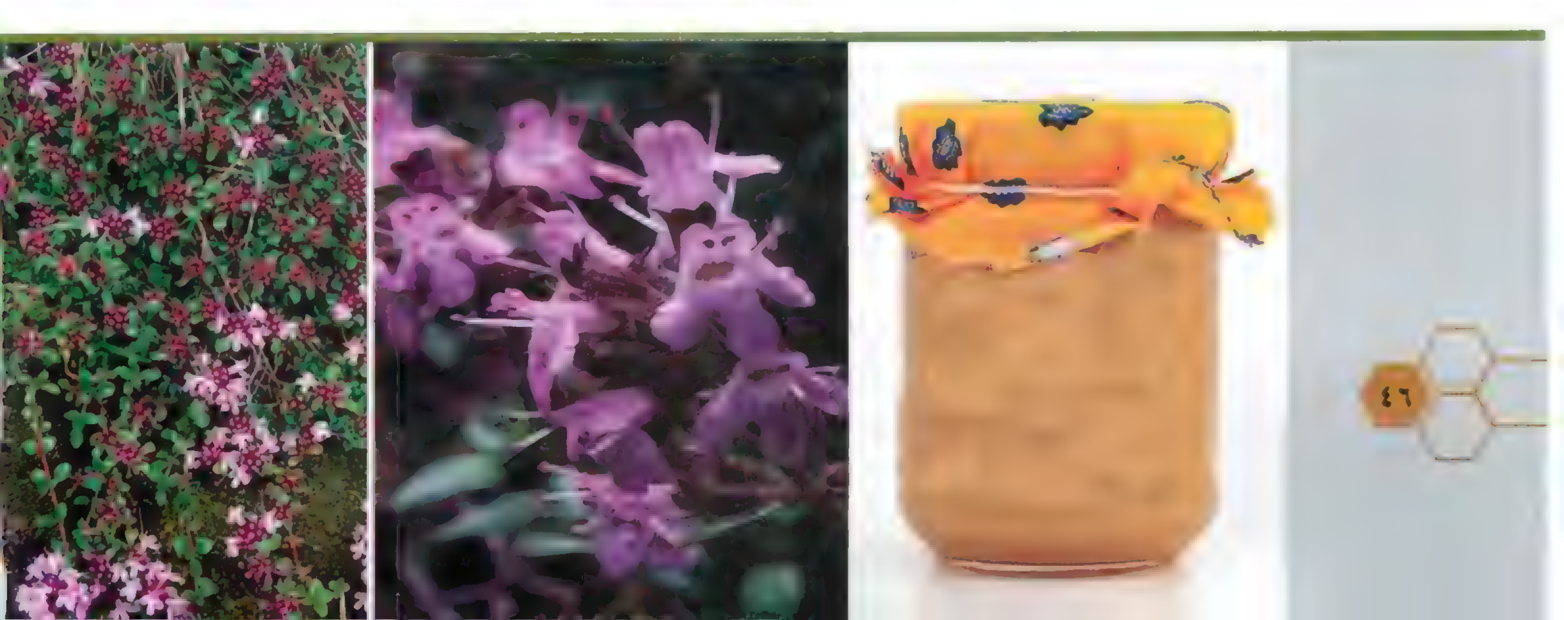
ونظرا لخاصية الزعتر المزيلة للبلغم والمضادة لنوبات التهاب الشعب الهوائية يستعمل لعلاج التهابات الجهاز التنفسي الحادة والمزمنة .

يحتوي الزعتر أيضا على مركبات التربنويدات " TERPENOIDS " المعروفة بخاصيتها الوقائية من السرطان .

الزعتر العادي

نبات معمر يزرع في جنوب أوروبا (موطنه الأصلي) الأناضول وبلاد الشام .

ينمو على شكل خميلة متفرعة طولها مابين ١٥ و٢٠ ملم .



مثله مثل الزعتر البري يستخرج من الزعتر العادي زيت له خواص علاجية وصحية مماثلة .

وصف العسل

يستعمل عسل الزعتر في كافة أنحاء العالم لرائحتة العطرية المميزة وخواصة الطبيعية المطهرة ولمذاقة اللذيذ.

لونة عنبري .

رائحته نافذة وطعمه شهي .

يحصد في منتصف الصيف .

يتبلور بعد عدة شهور من الحصاد.

تعتبر اليونان وتركيا وإيطاليا البلدان الرئيسية المنتجة لهذا العسل .

يتميز عسل الزعتر اليوناني بخواص علاجية مدهشة .

تعتبر اليونان أكبر مصدر لهذا النوع من العسل .

الفوائد الصحية والعلاجية:

- مفيد لانتفاخات البطن وكثرة الغازات والتهاب المسالك البولية والتناسلية .
- عسل الزعتر غني بمركبات الفينولات (PHENOLIC) التي تعمل على تنظيم النشاط الاستروجيني في الجسم , بالتالي تعزز الحيوية الجنسية.
- ثمة أدلة على أن الفينولات تقي من عملية انقسام الخلايا المرتبطة بحدوث السرطان في الثدي والبروستاتا وبطانة الرحم .
- يعالج الصداع والسعال وفقر الدم والتهابات الجزء العلوي من الجهاز التنفسي .
- يخرج البلغم ويقطع الرطوبة العفنة .
- يقوي الدماغ والذاكرة ويحفظ المعدة ويقوي الأعصاب .
- ينفع البصر .
- يقطع سلس البول .
- منشط عام للجسم.
- يعالج التهابات الفم والحلق .



عسل تياكا

TIACA HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : تياكا

الاسم العلمي : CALDCLUVIA PANICULATA

التايكا أشجار معمرة دائمة الخضرة من رتبة الماغنوليات موطنها التشيلي في أميركا الجنوبية وتعتبر أحيانًا شجيرات رغم أن ارتفاعها قد يصل حتى ٣٠ مترًا ، تقع غابات التياكا حيث يرعى النحل في مقاطعة الوسط من البلاد التي تعرف بجبالها البركانية المغطاة قممها بالثلوج وتربتها الغنية وغاباتها العذراء، وبحيراتها الرائعة الجمال . تظهر الأزهار البيضاء ذات الرائحة العطرية في منتصف الصيف وهي ثنائية الجنس (خنثى) ، وتأخذ شكل مجاميع على أغصان فرعية .

تنمو في هذه المنطقة أشجار " تينو" (TINEO) وهي أشجار بطيئة النمو جدًا اسمها العلمي WEINMANNIA TRICHOSPERMA يصل ارتفاعها إلى ٢٥ مترًا ، يجود نموها في المناطق الرطبة والغابات المطرية وتعرف بالعسل ذو النوعية العالية جدًا الذي ينتج من رحيقها ، وأشجار (أوليفيللو - OLIVILLO) وهي أشجار أخرى بطيئة النمو اسمها العلمي AETOXICON PUNCTATUM و أزهارها مصدر هام للرحيق.

يعطي هذا المزيج الغني من أشجار التشيلي الأصيلة عسل التياكا الخاص جدًا.



وصف العسل

عسل فريد من نوعه أو يمكن القول مجموعة أعسال لأن نسبة رحيق التياكا تتفاوت ما بين ٤٠٪ و ٦٥٪ وباقي الرحيق يأتي من رحيق التينو ورحيق أوليفلليو ويكون التفاوت في النسب تبعًا لموقع خلايا النحل في هذه المقاطعة الشائعة التي تبلغ مساحتها فوق الـ ٢٠,٠٠٠ كلم مربع .

يتكون عسل تايكا النموذجي من ٤٠٪ تايكا ، ٤٠٪ تينو ، ٢٠٪ أوليفلليو ، إذا تجاوزت نسبة رحيق التينو ٤٠٪ يكون العسل الحاصل عسل تينو . أما رحيق أوليفلليو فلا يعدو أن يكون ، رغم غزارته، رحيقًا ثانويًا في أعسال هذه المقاطعة .

عسل التايكا ، عسل شديد المواصفات لونه بيج فاتح ، قوام كثيف وكريمي ، مذاق رقيق بنكهة الفاكهة الاستوائية ، حلاوته ليست شديدة ، رائحة عطرية بشذى الفانيلا ، يتبلور بسرعة ، ويكون اللون أبيض.

الخواص الصحية والعلاجية

- يستعمل تقليديًا للمساعدة في علاج أمراض والتهابات الأمعاء.



عسل تينو

TIENO HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : تينو

الاسم العلمي : WEINMANNIA TRICHOSPERMA

التينو أشجار معمرة دائمة الخضرة من رتبة الماغنوليات موطنها تشيلي والأرجنتين يصل ارتفاعها إلى ٣٠ متر الأزهار خنثى (ثنائية الجنس) صغيرة وردية اللون وتشكل مجاميع عنقودية على السويقات استقدم لها نحل العسل من أوروبا ، واصبحت تنتج عسلاً ذو جودة عالية و خواصاً طبيعية متنوعة . نجحت زراعتها كأزهار زينة في بريطانيا وبعض أجزاء الولايات المتحدة.

وصف العسل

عسل صاف وحيد المصدر الزهري ، يجمع من غابات جنوب تشيلي ، لون عنبري شفاف ، مذاق عطري رقيق، رائحة بشذا اليانسون والبابونج قوامه سائل لزج يتبلور بعد فترة ٦ شهور على القطاف.

عسل التينو الذي يجنى من غابات وسط البلاد لا يكون عسلاً وحيد المصدر



الزهري ، بل تتراوح نسبة رحيقه ما بين ٤٠ و ٩٥٪ ، والباقي من رحيق التياكا ورحيق أوليفلليو . ولا تختلف مواصفاته عن عسل التينو الصافي كثيراً ، لونه فاتح أكثر ، وتبلوره أسرع ، ورائحته متفاوتة من قطفة إلى أخرى.

الخواص الصحية والعلاجية

أظهرت أبحاث طبية وتجارب سريرية عالمية أن فعالية عسل التينو الحيوية هي ضعف فعالية عسل المانوكا المعروف بأنه « عسل طبي صحي» على نطاق واسع في العالم .

وأظهرت هذه الأبحاث قدرة عسل التينو على كبح أنواع البكتيريا المسببة للأمراض بما فيها الفصائل التي تقاوم المضادات الحيوية الصيدلانية ، مثل:

E. COLI الذي يسبب أمراض والتهابات الجهاز الهضمي.

STAPHYLEOCCUS. EPIDERMIDIS

الذي يسبب إنتان الجروح السطحية.

STAPHYLEOCCUS AURES

الذي يسبب التهابات الجلد

STAPHYLCOCCUS PNEUMONIAE

السبب الرئيسي في التهاب الجهاز التنفسي والنيمونيا.



عسل البقس الأصفر

YELLOW BOX HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع: يلو بوكس ، البقس الأصفر.

الاسم العلمي : EUCALYPTUS MELLIODORA

اسمها العلمي يعني " الكينا العاسلة " .

البقس الأصفر جنس من أشجار اليوكاليبتوس الاسترالية ، تنتشر على نطاق واسع في عدة مقاطعات داخلية جنوبية ، تعتبر أفضل نبتة وطنية لانتاج العسل . يتراوح ارتفاعها بين ١٠ و ٣٠ متر فترة التزهير من نوفمبر إلى يناير ، لون الأزهار أبيض ، لا تحمل حبوب اللقاح تناسب نحل العسل مما يسبب مشاكل في مسألة تربية النحل. تحتاج هذه الأشجار إلى تربة حمضية ، مروية جيدًا .

شكل أشجار اليلوبوكس جميل مع الغصينات المتدلية. تنمو في الأخاديد بعيدًا عن المناطق التي تتعرض للفيضانات .

وصف العسل

يعتبر عسل البقس الأصفر ، عسل أدغال صيفي ، وهو نوع من العسل الأسترالي المعروف جدًا و المرغوب من محبي العسل ، لونه عنبري ، مذاقه سلسل ودهني يترك نكهة الحمضيات على اللسان ، رائحته عطرية قوية ، قوامه كثيف ، يتبلور ببطء ، من أكثر انواع العسل حلاوة وأكثرها بطء في الذوبان داخل الفم ، يتميز



هذا العسل بأن مؤشر تسكره GLYCEMIC INDEX ، منخفض .

الخواص الصحية والعلاجية

- يجدد خلايا الدم وينقيه من السموم .
- يقوي الجسم ويثير الشهية للطعام .
- بسبب خاصيته الترميمية للخلايا والأنسجة
- ينصح الشخص بتناول ملعقة إلى ٣ ملاعق منه يوميًا في حال كان يخضع إلى أي نظام حمية غذائي . (لكن يحذر مع مريض السكري)
- مضاد للالتهابات ، مقشع ، مزيل الروائح الكريهة ، مطهر ، مضاد للبكتيريا ، يحفز الدورة الدموية ، يريح العضلات المتشنجة ، ويعتبر علاج طبيعي لمشاكل الجهاز التنفسي .
- يستعمل لعلاج الجروح والتقيحات والحروق وتخدش الجلد والدمامل.
- يقوي عضلة القلب .
- يطرد الديدان من الأمعاء .
- يساعد في علاج لسعات الحشرات .
- يساهم في علاج الروماتيزم وعرق النسا وتمزق الأربطة والأوتار وتصلب العضلات والتليف والآم الأعصاب.
- يزيل الاكتئاب والتوتر النفسي وينشط الجسم والعضلات .
- يخفف الأوجاع والآلام.
- يقي من نزلات البرد والتهاب الشعب الهوائية ويخفف السعال والصداع .



عسل يلو غام

YELLOW GUM HONEY

(الكينا الصفراء / والكينا الوردية)

وصف النبات

الاسم الشائع : يلو غام ، يلو غام روزي

الاسم العلمي : EUCALYPTUS LEUCOXYLON

تنمو هذه الأشجار المتوسطة الحجم على السهول وسفوح الجبال عند سواحل جنوبي أستراليا (حيث تعرف هناك باسم " بلوغام - BLUE GUM" الكينا الزرقاء) ، وتمتد غاباتها إلى جنوب ولاية فكتوريا (حيث تكتسب اسمها الشائع YELLOW GUM - الكينا الصفراء) تتعدد أنواع هذه الفصيلة وأشهرها " يلو غام روزي YELLOW GUM ROSE" أو الكينا الصفراء الوردية الذي لا يعرف أحد أصلها وهي ذات أزهار حمراء اللون رائعة ويستخرج من أوراقه زيت اليوكاليبتوس العطري الأساسي ، المشهور في جميع أنحاء العالم باستخداماته الصحية والعلاجية.



تستطيع أشجار الكينا الصفراء النمو في معظم المناطق الجغرافية وتتأقلم مع جميع أنواع التربة بما فيها التربة القلوية وتتحمل الجفاف الشديد والصقيع ، وتنمو بسرعة نسبية . تتمتع هذه الأشجار بفترة تزهير طويلة ، تظهر الأزهار في فصل الشتاء (الأسترالي) ، لونها وردي أو أبيض ، يلعب الرحيق دورًا هامًا في تغذية الطيور.

وصف العسل

محصوله قليل بالنسبة لمحاصيل الكينا الأخرى ، هو عسل ربيعي ، يتبلور ببطء ، مذاقه لذيذ جدًا (ما يكسبه شعبية كبيرة) يشبه مذاق البقس الشوكي ، ورائحته عطرية خفيفة ولونه أصفر كهرماني فاتح .

نادرًا ما يصدر هذا العسل خارج أستراليا .

الخواص الصحية والعلاجية

يتمتع عسل يلو غام بجميع الخواص الصحية والعلاجية لعامة خواص عسل اليوكاليبتوس.



عسل زامبيزي

ZAMBESI HONEY

وصف النبات الاسم الشائع :الاسم العلمي :وصف العسل

الخواص الصحية والعلاجية :

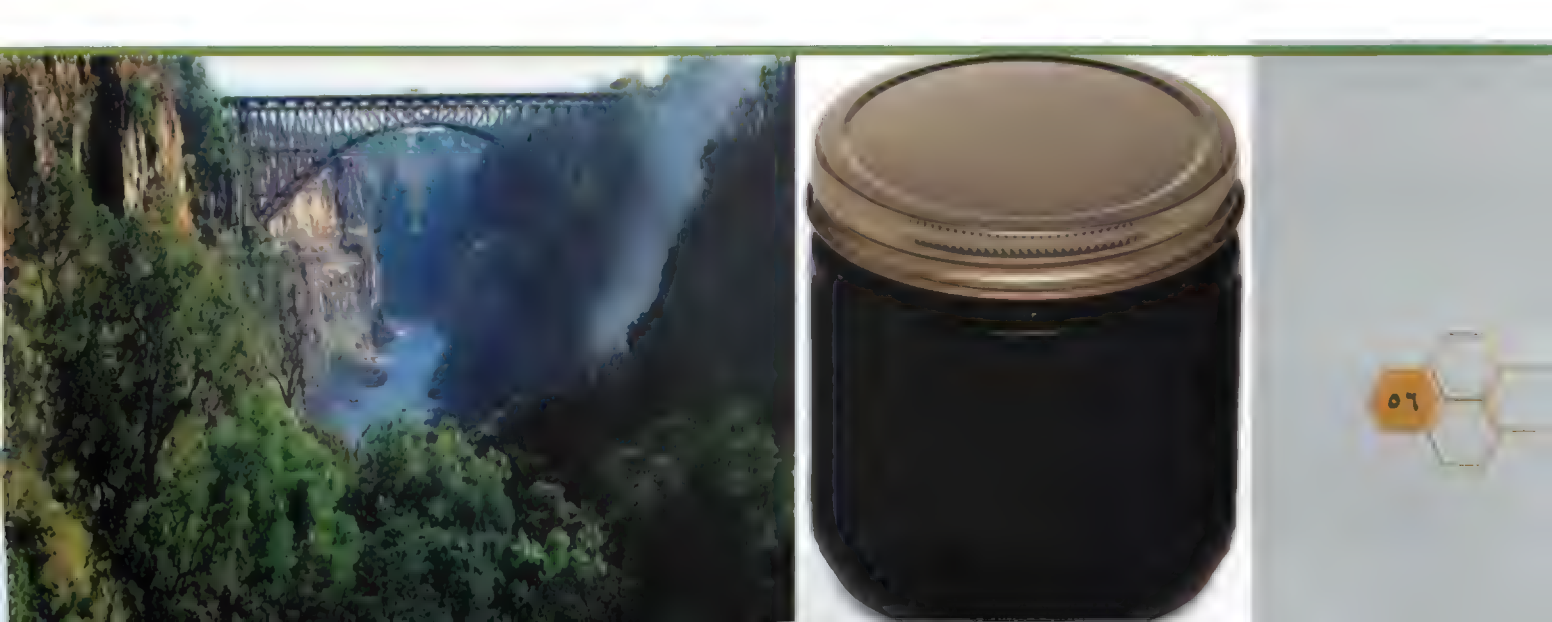
وصف النبات

الاسم الشائع : زامبيزي ، نسبة إلى غابات زامبيا العذراء ونهر زامبيسي.

الاسم العلمي :

مجموعة متنوعة من الأشجار والشجيرات والنباتات المزهرة ، التي تنفرد زامبيا في وجود معظمها .

تتمتع غابة ميو أمبو العذراء في زامبيا بتنوع إيكولوجي فريد ، من حيث أجناس النباتات غير الموجودة في مكان آخر ، وكان القرويين يجمعون العسل بطرق تقليدية مارسها أسلافهم منذ مئات السنين وقد تبنت وكالة للأمم المتحدة برنامج



يضمن للخمسة ألاف قروي الذين يجمعون هذا العسل دخلاً ماديًا كافياً يناسب المستوى الرفيع لهذا العسل الفريد ، وفي الوقت نفسه يحمي الغابة التي يأتي منها عسل زامبيزي وتنوعها البيولوجي الواسع ، من تمدد الحضارة المدنية .

وصف العسل

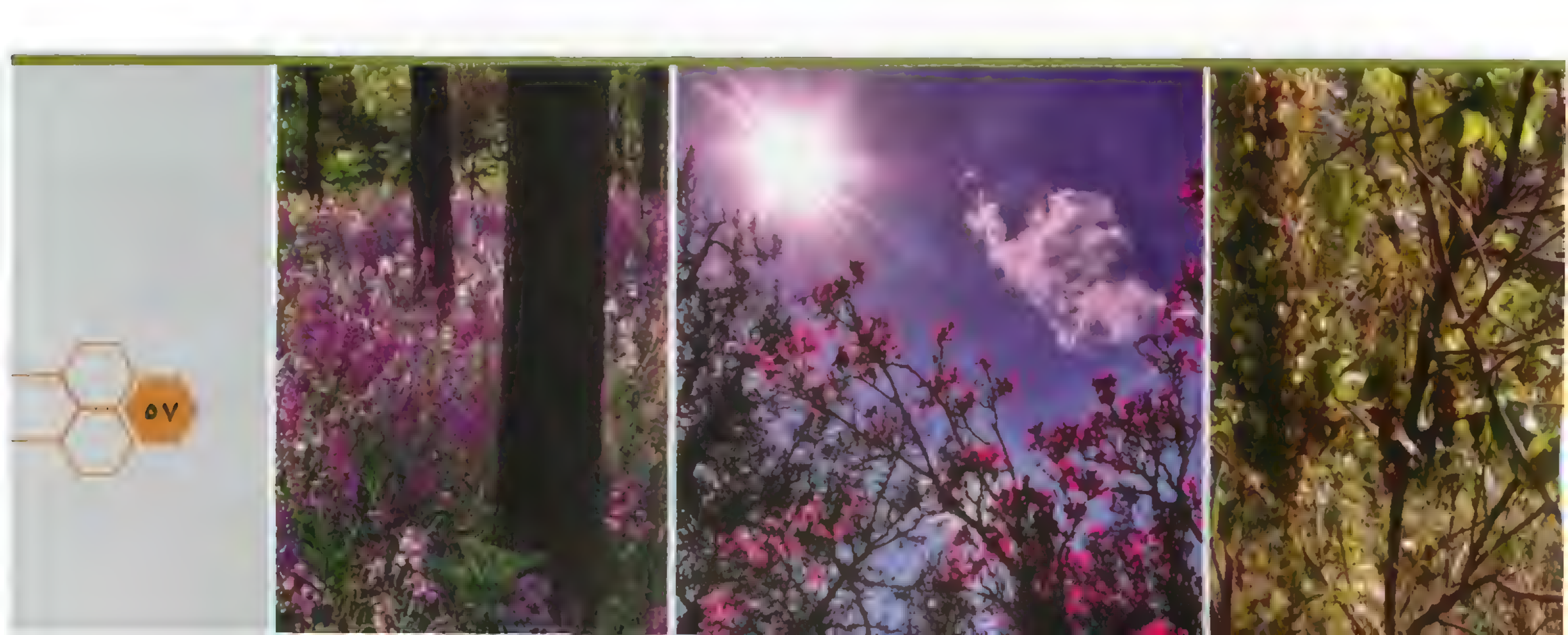
يعتبر عسل زامبيزي أشهر أنواع العسل التي تأتي من أفريقيا السوداء لأنه عسل متعدد المصادر الزهرية الفريدة ومصادر المن . وهو عسل خام طبيعي غير معالج ، لا تدخل في تركيبه حبوب لقاح النباتات المعدلة جينيًا ، يجمع الرحيق فصيلة من نحل العسل تعيش في أفريقيا فقط .

لونه داكن جدًا ، قوامه سائل ، رائحته عطرية بشذا رائحة الغابات المطرية والأخشاب ، مذاقه دسم بعيد جدًا عن مذاق عسل النفل . من يتذوقه للمرة الأولى يصدم من لذته فطعمه مزيج من الكرز الأسود والدبس والقرنفل ، تبلوره بطيء.

يصدر إلى الدول الأوروبية واليابان وكندا والولايات المتحدة .

الخواص الصحية والعلاجية :

لم توثق خواص عسل زامبيزي حتى الآن . ولكن يبدو أنه يجمع خصائص أنواع عسل كثيرة في عسل واحد.



الأكاسيا (السنط)

ACACIA

وصف النبات

الأكاسيا جنس من الاشجار والشجيرات من الفصيلة البقولية يضم حوالي ١٣٠٠ نوع ، منها ٩٦٠ نوع أصيل في أستراليا ، وينتشر باقي الانواع في الهضبة الأفريقية العربية الممتدة من المحيط الأطلسي إلى الخليج العربي .

ينقسم إلى ثلاث مجموعات رئيسية ، مجموعتين من الهضبة الأفريقية الآسيوية VOCHEPLIA و SENEGOLIA ويتوزع معظمها في المناطق المعتدلة والإستوائية في أفريقيا وجنوب آسيا ، وبعضها في أوروبا وأميركا والمجموعة الأسترالية .MARIOSOUSA

يعرف السنط بأنه نباتات شوكية . وبعض الأنواع يتميز بطول الأشواك تحتوي أوراق السنط والنسغ الذي يسيل من جذوعه مستوى عالٍ من أصباغ الثانين ، الأزهار صغيرة الحجم ، تشكل عناقيد كروية الشكل وكثيفة ، يتفاوت لونها في معظم الأنواع ، أصفر أو أبيض كريمي ، كما أن لون البعض يكون أبيض أو قرمزي أو أحمر تفرز عدة أنواع من السنط الصمغ ، ويفرز نوع ACACIA







SENGALI الصمغ العربي الأصيل وهي موجودة بكثرة في غربي أفريقيا الإستوائية من السنغال إلى نيجيريا .

لكافة أنواع الأكاسيا استخدامات هامة في الطب التقليدي ، وقد ثبت بالدليل العلمي صحة معظم هذه الاستخدامات بعد تبين أن المركبات الكيميائية الموجودة في مختلف الأنواع لها تأثيرات علاجية .

و يستخدم الصمغ العربي في الطب الإيورفيدي الهندي لعلاج مشكلة القذف المبكر عند الرجال.

كما صنع في الحبشة مستحضر منه لعلاج داء الكلب، ويستخرج من لحاء السنط مستحضر قابض للأنسجة يوقف الرعاف ونزيف الأنف واللثة ويستعمل دوش مهبلي لعلاج الافرازات المهبلية .

يؤخذ من شجرة الطلح العربية ARABICA ACACIA صمغ أقل جودة (ويستعمل في صناعة العطور) من صمغ SENGALI ACACIA يعتبر العسل الذي يجنى من أشجار السنط طعام مترف وشهي والعسل من كافة أنواع السنط هو من أنواع العسل القليلة في العالم التي لا تتبلور إلا بعد فترة طويلة من القطاف (٦ شهور إلى سنة) .

ومن أشهر أنواع عسل الأكاسيا (السمره - الشوكه - الطلح - الشباله - السلم).



عسل الزعرور

HAWTHORN HONEY

مواصفات النبات

الأسماء الشائعة: الزعرور ، الزعرور البري ، زعرور الأودية

الاسم العلمي : CRATAEGUS OXYACANTHA

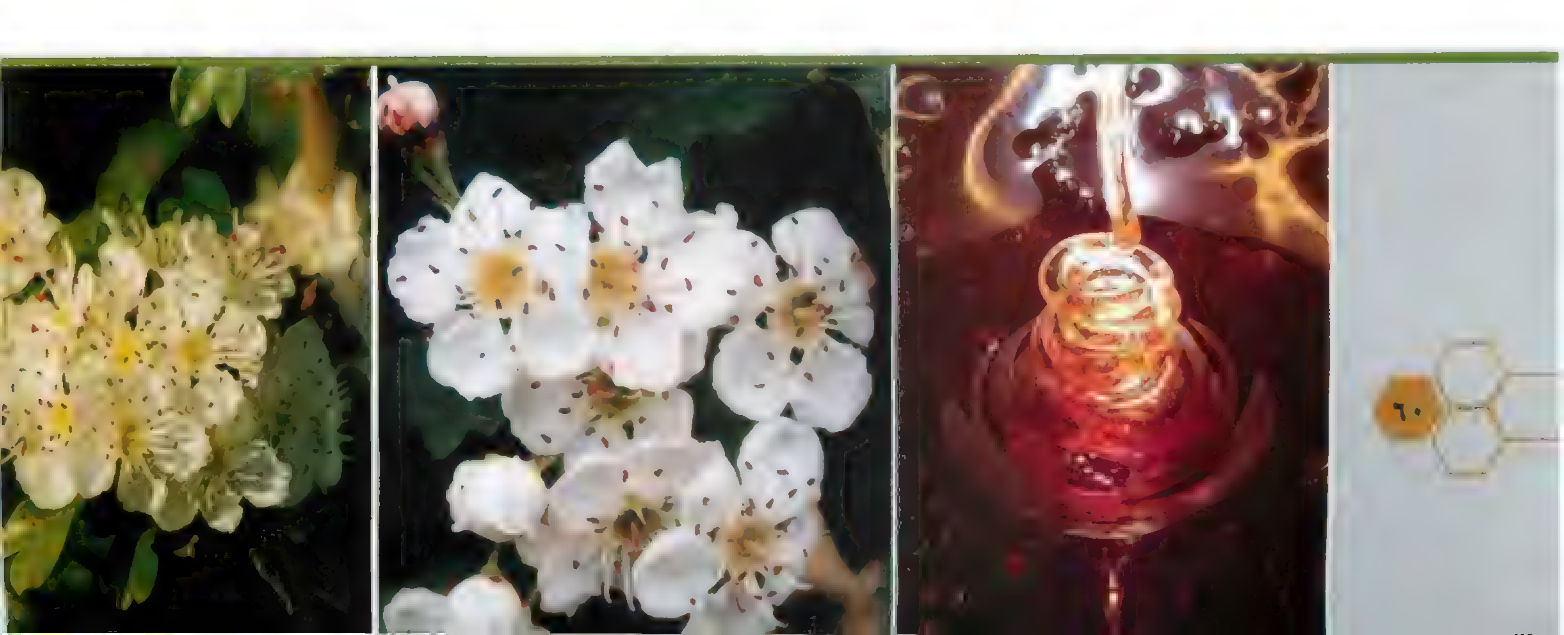
الزعرور نبات شائك معمر بري من الفصيلة الوردية له عدة أنواع أشهرها الأوروبي . ينمو في المروج والأحراج والمرتفعات الجبلية كما يعمل على زراعته الأزهار بيضوية على شكل عنقودية لونها أسود أو أحمر أو أصفر حسب النوع .

يعتبر الزعرور صديق للقلب ويستخدم في الطب الشعبي والطب الحديث . يوسع الشرايين وخاصة التاجية ، مزيل لسموم الجسم وتفيد الثمار الطازجة في علاج اضطرابات القلب المرتبطة بارتفاع ضغط الدم أو تلك المصاحبة لسن اليأس.

موطن الزعرور غرب آسيا وغرب شمال أفريقيا ، تنتشر زراعته في دول أوروبا والولايات المتحدة ، يتراوح طول النبتة بين ٥ إلى ١٠ أمتار ، تتفتح الأزهار في شهر مايو وتمتد إلى نهاية شهر يونيو.

وصف العسل

يقطف عسل الزعرور في منتصف الصيف ويقطف في روسيا في أوائل شهر يونيو ، لونه عنبري فاتح إلى أبيض ، رائحته ذات عطر فواح ومذاقه عذب يميل إلى المرارة



نكهته رقيقة وخفيفة ، قوامه كريمي يتبلور حبيبات ناعمة بعد فترة قصيرة من القطاف .

يتميز عسل الزعرور الأميركية بلونه الداكن ومذاقه الغني الذي يشبه مذاق اللوزيات . ورائحة عطرة مميزة ، ولسوء حظ النحالين ناتج رحيق الزعرور يكون غير منتظم عندما تتفتح الأزهار في جو دافئ مشمس.

أهم البلدان المنتجة والمصدرة لعسل الزعرور الولايات المتحدة ، بريطانيا ، روسيا، تركيا ، سوريا.

الفوائد الصحية والعلاجية (موثقة طبيًا)ـ

- يعتبر عسل الزعرور طعام كامل يوفر تغذية شاملة .
- يستعمل لعلاج الإضطرابات الوظيفية لنشاط القلب ، وارتفاع ضغط الدم ، وفرط الدرقية ، المرحلة الأولية لارتفاع ضغط الدم ، والأرق المرضي .
- يستخدم في حالات تصلب الشرايين والتشنج والخفقان والذبحة الصدرية .
- يخفف من نشاط الجهاز العصبي (مهديء)
- يعرف عن عسل الزعرور بأنه مضاد للبكتيريا ، مسكن ، ملطف للحمى ، يوقف النزيف.
- يستخدم على نطاق واسع في حالات السعال والصداع والإرهاق الشديد والإصابة بالحمى .
- الزعرور يعتبر مصدر ممتاز لحبوب الطلع (اللقاح) ، الذي تستعمل بالترافق مع العسل لأغراض صحية .



عسل السلم

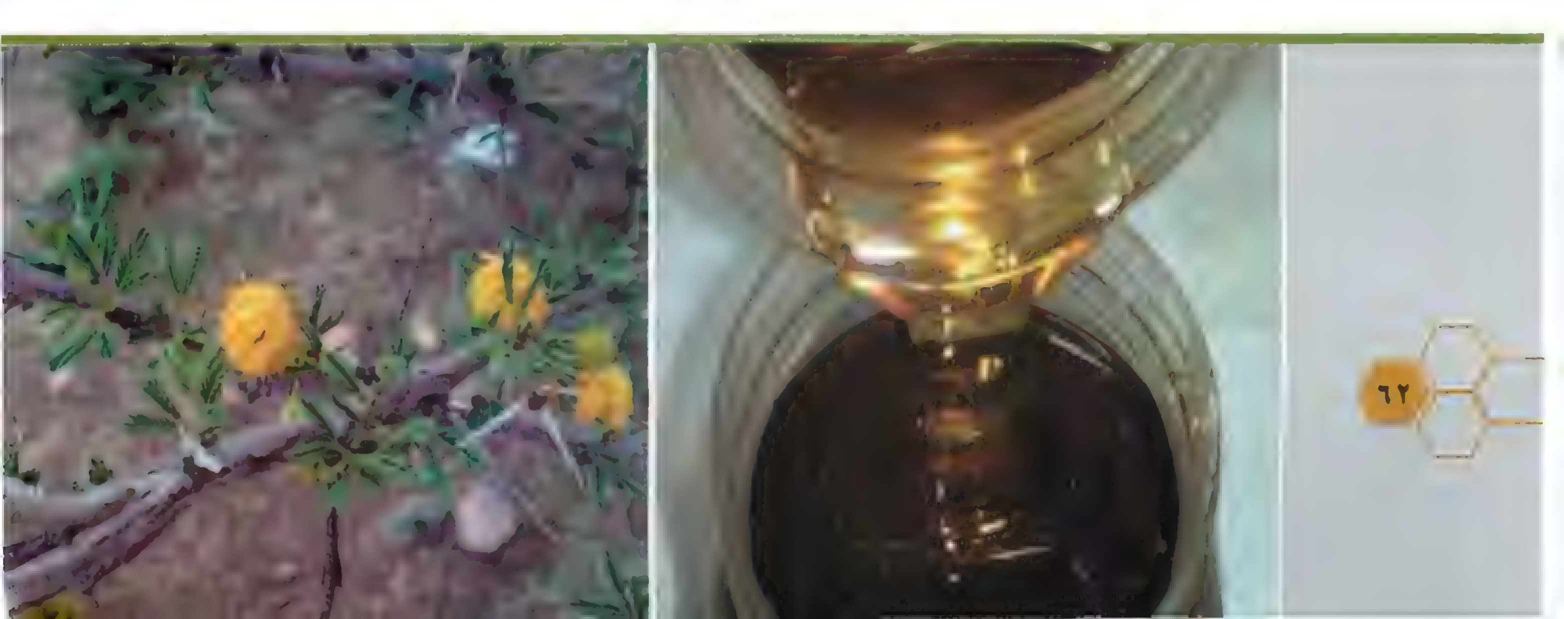
SALAM HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : السلم ، الشوكة ، الطلح

الاسم العلمي : ACACIA EHREBERGIANO

السلم نوع من أشجار الأكاسيا الشوكية ، يصل ارتفاعها إلى ٧ أمتار ، تنموعلى الأراضي الصخرية والرملية ، تتحمل الظروف المناخية الصعبة ، جذورها تضرب عميقًا في الأرض. تنتشر بكثافة في كافة أنحاء المناطق الغربية للمملكة العربية السعودية وفي حضرموت وآب ودمار وصنعاء وتعز. متعددة الجذوع ، كثيرة الأغصان ، تشبه أشجار أكاسيا السيال. باختلاف أن أشواكها طويلة تتفتح الأزهار في الربيع ، مارس إلى مايو. الأزهار ثنائية الجنس ، شكلها كروي ، قطر رأسها ١ إلى ١,٥ سم لونها أصفر ذهبي ، ورائحتها عطرية تسمى الأزهار في منطقة الحجاز بـ (البلة) ، وهي تسبق تزهير أشجار السمر والسيال.



وصف العسل

يعرف شعبيًا بعسل الشوكة ، عسل السلم عسل صيفي قوامه خفيف الكثافة متوسط اللزوجة لونه عنبري أحمر داكن إلى أسود مذاقه حار ، رائحة عطرية معتدلة ، ذو حموضة عالية .

الخواص الصحية والعلاجية

- يساهم في علاج قرحة المعدة والقولون العصبي.
- يخفف السعال والتهاب الحلق.
- يساعد في علاج فقر الدم.
- من أفضل أنواع العسل لعلاج الجروح والحروق .
- يريح الجهاز الهضمي.
- يستخدم بديل للتحلية للمصابين بمرض السكري لأنه ليس له تأثير على مستوى سكر الدم.
- ينفع في علاج التهاب المفاصل.



عسل السمر

SAMMAR HONEY

وصف النبات :

الاسم الشائع : السمر ، السمرة

الاسم العلمي : ACACIA TORTILIS

تنمو أشجار السمر وهي نوع فرعي من فصيلة الطلح (الأكثر انتشارًا في المملكة) على السهول القاحلة الداخلية والساحلية وتنتشر في كافة مناطق وأودية الجزيرة العربية قد تنمو في الظروف المناخية الشديدة القسوة كعشبة صغيرة على شكل أسلاك ، لكن في الإجمالي يصل ارتفاع هذه الأشجار إلى ٢١ متر وتكون على شكل مظلة مفتوحة تتحمل هذه النباتات القحط الشديد ودرجات الحرارة المرتفعة وقلوية التربة .

باستطاعتها النمو على الأراضي الرملية والصخيرة ، وعلى المنحدرات الحادة ، وتصمد أمام العواصف الرملية. الأشجار التي تجاوز عمرها سنتين تستطيع تحمل الصقيع أيضًا أي أن السمر يستطيع العيش تحت درجات حرارة تتفاوت من صفر إلى ٥٠ مئوية وكمية أمطار من ١٠٠ إلى ١٠٠٠ ملم سنويًا وعلى ارتفاعات ٤٠٠ إلى ٢٠٠٠ متر فوق سطح البحر تمد أشجار السمر جذورها عميقًا ، وقد تكون متعددة الجذوع أو ذات جذع واحد أو طويلة الأشواك أو قصيرة ، تتفتح



الأزهار في بداية الشتاء وهي صغيرة الحجم لونها أبيض أو أصفر وتتجمع على شكل هامات مرصوصة .

تدعى الأشجار ذات الأزهار الصفراء " البلة " .

تنتشر أشجار السمر على نطاق واسع في المملكة العربية السعودية و حضرموت والمناطق الجبلية في أب وتعز وذمار.

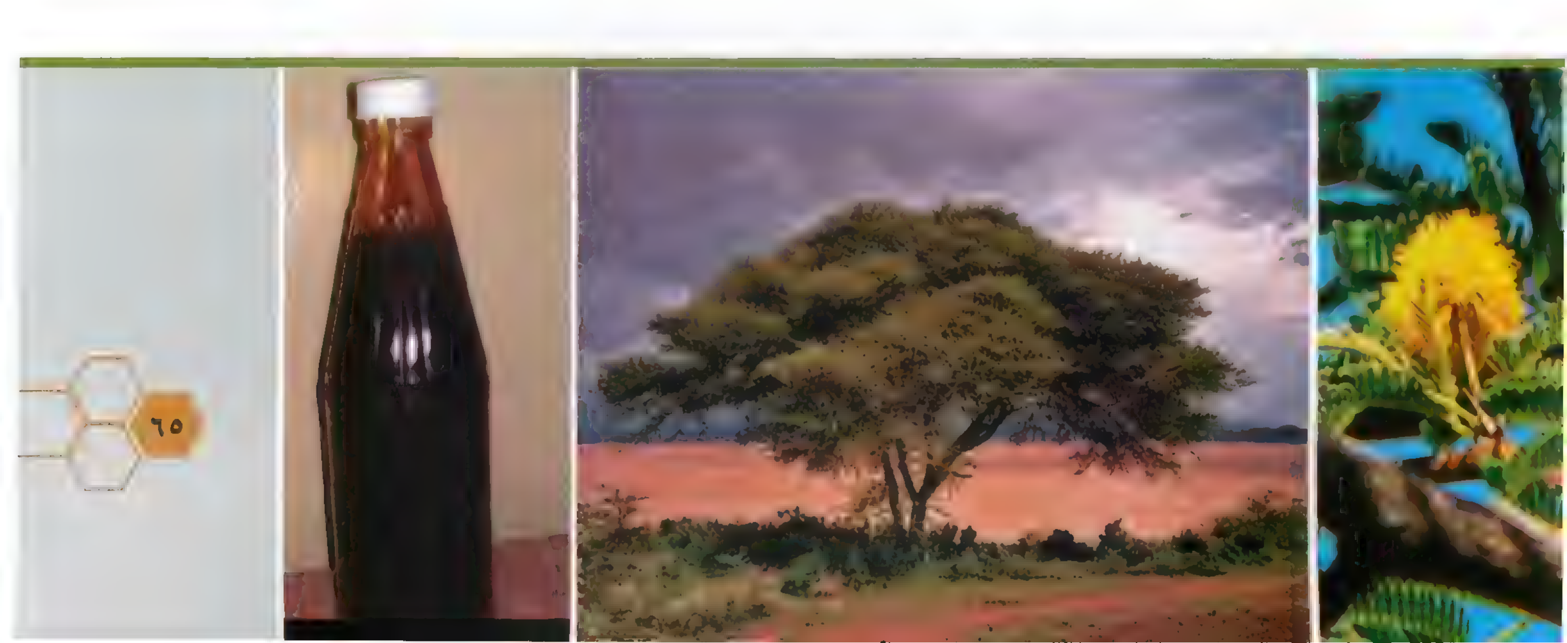
وصف العسل

عسل السمر ، لونه أحمر داكن مائل إلى السواد ، زكي ، مذاقه حار ، قوامه كثيف لزج ، لكنه أقل لزوجة من عسل السدر ، رائحته عطرية نافذة ، شتوي، يتبلور ببطء ، يجنى في مناطق عسير و حضرموت.

يطلق على عسل السمر الحضرمي الربيعي اسم المرية أو الدوعني.

الخواص الصحية والعلاجية

- يفيد في علاج مشاكل الكبد.
- يساعد في علاج القرحة المعوية وتقرحات الأثني عشر.
- يعالج نزلات البرد والصداع والإنفلونزا
- يساهم في علاج فقر الدم.



عسل السيال

SEYAL HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : سيال ، سيالة، الأكاسيا الحمراء ، الشطح

الاسم العلمي : ACACIA SEYAL

السيال أشجار معمرة من عائلة السنطيات ، شوكية يتراوح ارتفاعها بين ٦ و ١٠ أمتار (أحيانا ٢٥ م) و تتميز بجذعها الأخضر الفاتح أو الأحمر الفاتح ، تنمو على التربة الغضارية والوديان الرطبة ، على ارتفاع ١٧٠٠ إلى ٢٠٠٠ متر فوق سطح البحر ودرجات حرارة تتراوح بين ١٨ و ٢٨ مئوية ، بكمية أمطارتتراوح من ٢٥٠ إلى ١٠٠٠ ملم ، تتحمل أوقات الجدب وهي تشكل في مواطنها غابات ، موطنها الأساسي أفريقيا وآسيا يمتد توزعها الرئيسي من السنغال إلى مناطق غرب المملكة العربية السعودية المجاورة لسواحل البحر الأحمر .

وتوجد إضافة إلى المملكة والسنغال في مصر والسودان وأثيوبيا واليمن وأرتيريا وكينيا ونيجيريا وإيران وسوريا والهند ، وعمان والبرتغال والولايات المتحدة .

تزهر السيالة في شهور الصيف ، لون الأزهارأصفر فاقع قطرها حوالي ١,٢ سم وتكون على شكل عناقيد يتراوح طولها من ٧ إلى ١٠ سم ، رائحتها عطرية بشذا التوابل. تعتبر أشجار السيال وأنواع أكاسيا أخرى مصدراً هاماً للصمغ العربي وهو مركب متعدد السكريات . يسيل من شقوق الجذع ويتصلب . تحتوي أجزاء من هذا النبات على نسبة أصباغ TANIN تصل حتى ٢٠٪ .



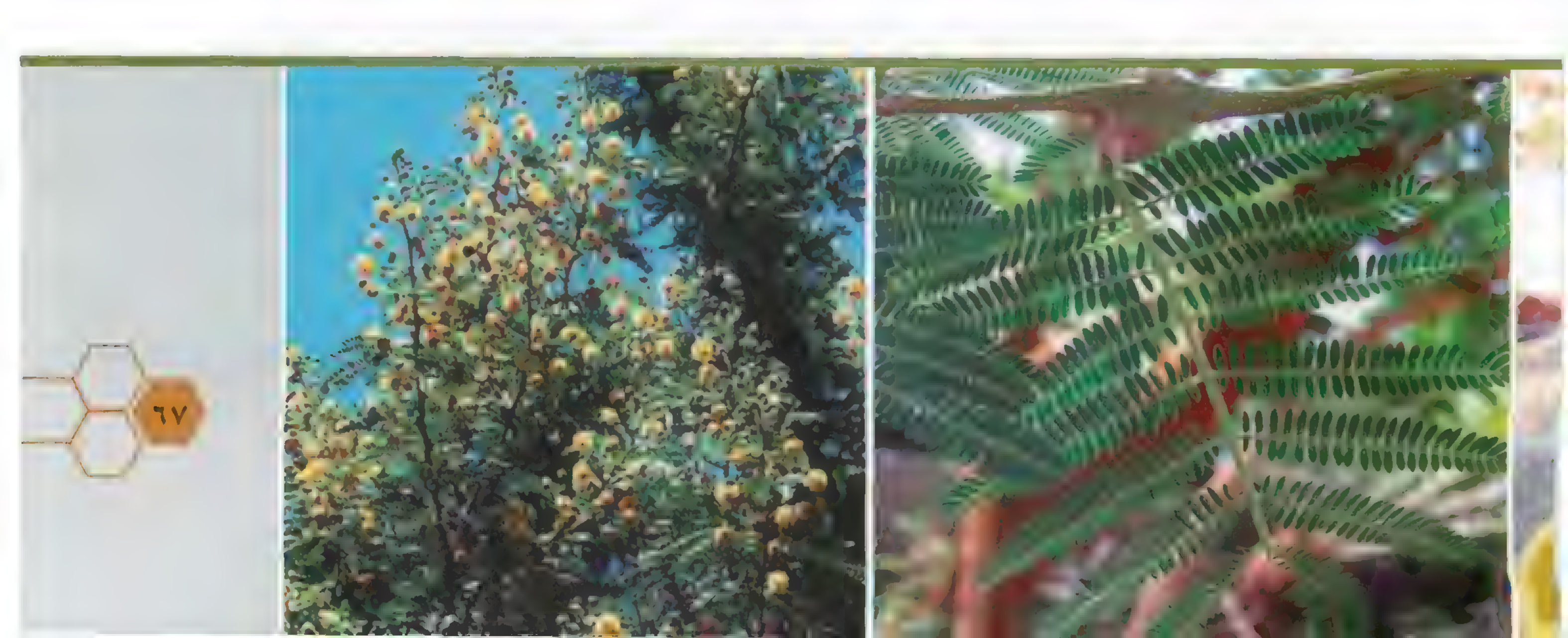
يستعمل مستخلص من الجذع لعلاج الإسهال و الدوسنتاريا ، والآفات الجلدية البكتيرية (مثل البرص) وهو منشط للجسم ومحفز للعضلات ، كما يستخدم الصمغ العربي (اللبان) كمحفز للشهوة الجنسية . ولعلاج الإسهال ، والتهابات العين والأغشية المخاطية والاضطرابات المعوية ويرطب الجلد ، ويستخدم أيضًا للوقاية من التهابات القصبات الهوائية والتهاب المفاصل .

وصف العسل

عسل السيال خريفي ، لونه عنبري داكن يقطف جنوب غربي المملكة . قوامه قليل الكثافة نقي دون شوائب يتبلور حبيبات ناعمة بعد سنة من الجني ، مذاقه حلو مع بعض الحموضة (الطلحة) ورائحته رقيقة ، قد يكون هذا العسل عسل سيال ١٠٠٪ أو يكون عسلاً يغلب فيه مصدره من أزهار السيالة وتخالطه مصادر أخرى من الطلح أو الزهور البرية أحيانا يخلط بين عسل السيالة وعسل الطلح فيطلق اسم كل منهما على الآخر.

الخواص العلاجية

- يعالج الإسهال والاضطرابات المعوية .
- مقوي عام ومنشط .
- يحفز الشهوة الجنسية .
- يرطب الجلد .
- مضاد للالتهابات .



عسل الصال (الأثل)

SAL HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : الأثل ، العيل ، العرين ، الطحطاح ، الطرفة .

الاسم العلمي : TAMARIX APHYLLA

الأثل جنس من النباتات المزهرة من الفصيلة الطرفاوية ، يضم ما بين ٥٠ و ٦٠ نوعًا تنتشر في حوض البحر المتوسط وغرب آسيا وأفريقيا وهي إما أشجار أو شجيرات يتفاوت طولها بين ١ و ١٨ متر بعضها دائم الخضرة والبعض الآخر نفضي. أكثر الأنواع انتشارًا هو " الأثل اللاورقي " وهو دائم الخضرة ، تتشكل الأزهار ذات اللون الأبيض أو الوردي على شكل نوارات زهرية كثيفة يتراوح طولها من ٥ إلى ١٠ سم موسم التزهير مارس إلى سبتمبر موطن الآثل اللاورقي ، البلاد العربية من المغرب العربي إلى الجزيرة العربية والشرق الأوسط وصولاً إلى إيران وأفغانستان تنمو بجوار مجاري المياه في الأراضي القاحلة ، تتحمل التربة القلوية والتربة المالحة تستغل أشجار الأثل لصد الرياح.



وصف العسل

يقطف عسل الصال مرتين في منتصف الصيف و أواخر الخريف القطفة الأولى هي الأجود يتميز بمذاقه اللاذع الذي يدوم في الحلق لوقت غير قليل اللون عنبري داكن إلى أسود قوامه كثيف شديد اللزوجة رائحته عطرة .

ينتج عسل الصال بصورة رئيسية في حضرموت والطائف وهو عسل قليل الوفرة ، يباع بأسعار عالية جدًا .

الخواص الصحية والعلاجية

- بسبب مذاقه غير المستساغ ، يؤخذ عسل الصال كعلاج بالدرجة الأولى .
- يستخدم لعلاج الاسهال والمغص وخمول الجهاز الهضمي.
- يخفف آلام وانتفاخ الأقدام.
- مقو عام .
- يساعد في علاج العنة عند الرجال.



عسل الضرم

LAVANDULA HONEY

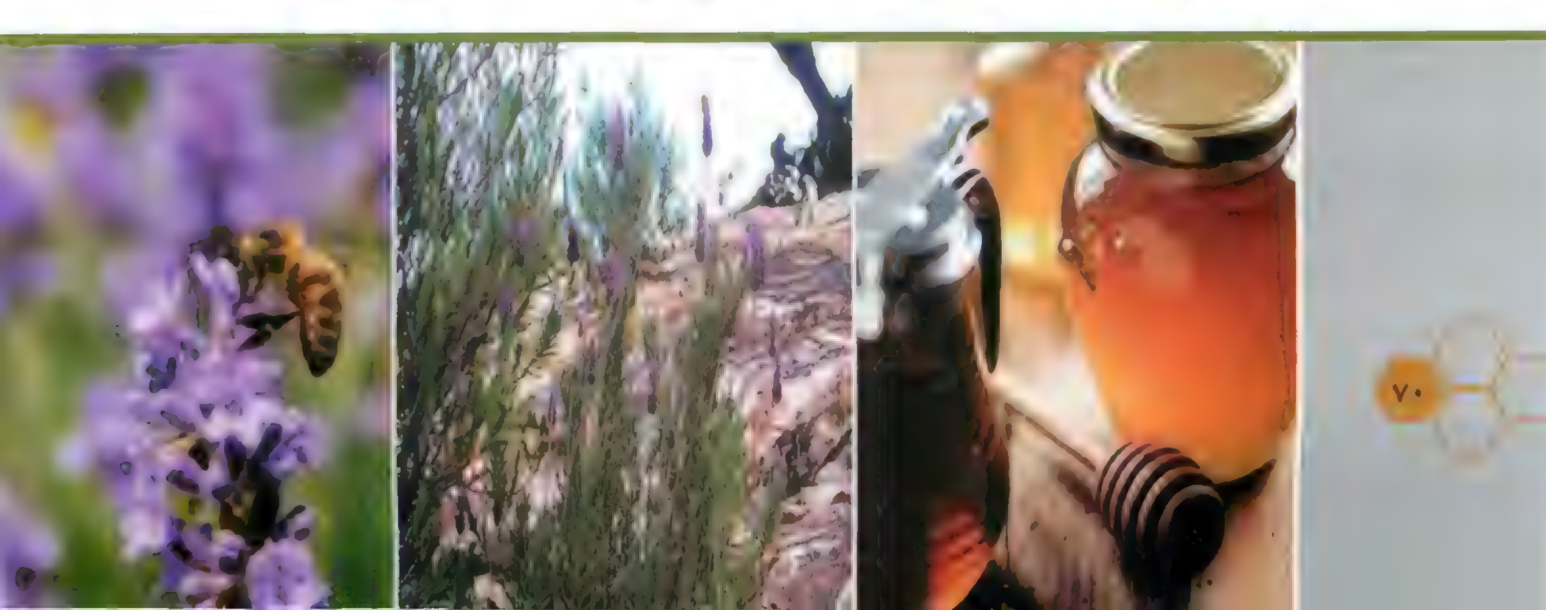
وصف النبات

الأسماء الشائعة : اللاوندة ، الخزامى ، الضرم

الاسم العلمي : LAVANDULA OFFICINALIS

الخزامى جنس من النباتات العشبية ، من العائلة الشفوية يضم حوالي ٦٠ نوعًا ، يمتد موطنها من جنوب غرب أوروبا حتى الهند. تنمو ٥ أنواع من الخزامى في الجزيرة العربية ، وهي الخزامى السنبلية L. SPICA والخزامى البحرية L. STOCHAS والخزامى المتعددة L. MULTIFIDA والخزامى الزغبية L.PUBESCENS والخزامى المخزنية L.DENTATA ، والنوعين الآخرين هما اللذان يطلق عليهما اسم " الضرم" .

الضرم شجيرات معمرة دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها بين ٤٠ و ١٠٠ سم تنمو بريًا على الهضاب والمرتفعات الجبلية في البيئات الحارة والجافة والمشمسة ، وعلى التربة الرملية أو الصخرية . يجود نموها عندما ترويها الأمطار جيدًا تنتشر على نطاق واسع في الجزيرة العربية وحوض البحر الأبيض المتوسط والهند ينمو الضرم على شكل نورات منتصبة تظهر حولها الأزهار التي تظهر من نهاية أمايو حتى نهاية أغسطس. رائحة الأزهار عطرية قوية وهي أشبه برائحة المريمية منها برائحة الخزامى العادية ، لون الأزهار بنفسجي داكن ، تظهر في السنة الثانية من عمر النبتة وهي غزيرة الرحيق يعتبر الضرم



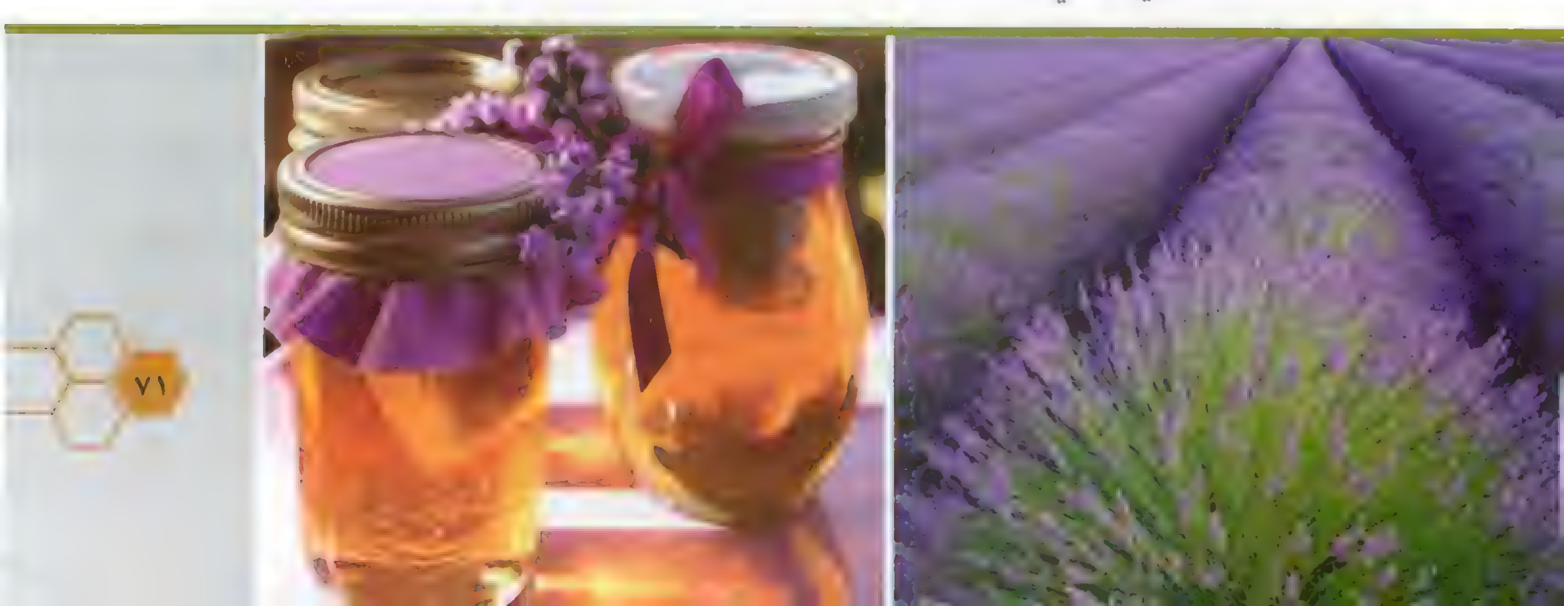
عشبة طبية لها استخدامات عديدة فهو مطهر ، طارد للغازات ، يزيل عفونة الهواء ، يعالج الأرق وتشنج العضلات وعسر الهضم يستقطر من الضرم زيت عطري أساسي يستخدمه أطباء الأعشاب والمعالجين بالزيوت العطرية في عدد من التطبيقات الصحية والعلاجية .

وصف العسل

عسل الضرم عسل صيفي يعتبر من أغلى أنواع العسل سعرًا ، لندرته وتقطع محصوله وصعوبة جنيه ، تمتاز جبال الطائف والسروات وظفار وحضرموت بإنتاج هذا العسل الفاخر لونه أصفر فاتح إلى أبيض ، قوامه كريمي كثيف يتبلور بعد فترة قصيرة رائحته عطرية تشبه رائحة زهور القرم مذاقه سلس ، متوسط الحلاوة .

الخواص الصحية والعلاجية

- علاج مدهش لبحة الصوت.
- يستعمل محلوله في الماء غسول مهبلي.
- يستخدم لعلاج الجروح والحروق ولسعات الحشرات.
- يزيل حالات الاكتئاب والقلق المرضي والأرق و يهدئ الصداع.
- مدر للبول ، مسهل للهضم ، طارد للغازات .
- يهدئ المغص ، يقضي على ديدان الأمعاء.
- مضاد للبكتيريا والفيروسات.
- مقويٍّ جنسي.



عسل الطباق

TOUBAK HONEY

وصف النبات

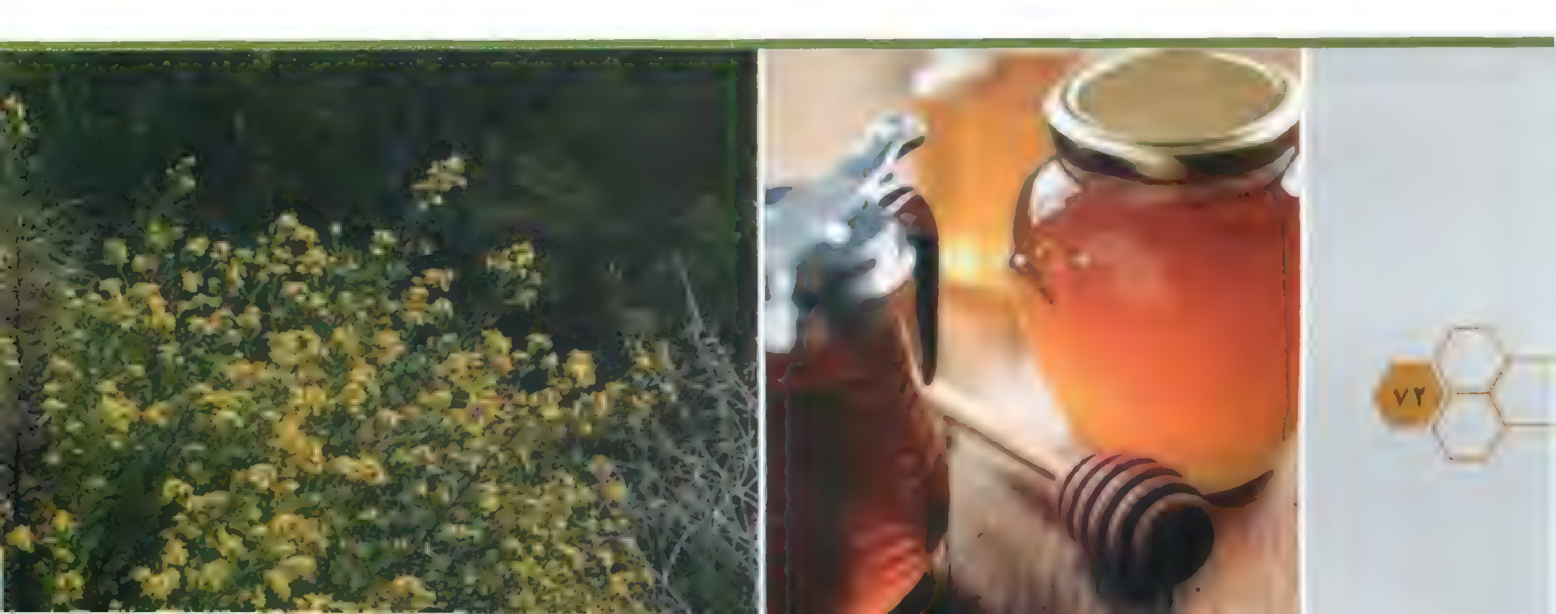
الاسم الشائع : الطباق

الاسم العلمي : PSIADIA ARABICA

الطباق جنس من الشجيرات المزهرة من الفصيلة المركبة (النجمية) ينتشر حصريًا في بعض مناطق الجزيرة العربية وخاصة المملكة العربية السعودية واليمن وعمان ، الاستثناء الوحيد هو منطقة المرتفعات الساحلية في الصومال.

الطباق شجيرة صغيرة معمرة يصل ارتفاعها حتى ١٠٠ سم تنمو على المرتفعات الجبلية تظهر الأزهار الصغيرة في الربيع ، لونها أصفر تحتوي الأوراق على مواد راتنجية تجعلها تلتصق ببعضها البعض بعد القطاف ، وتعطيها مظهرًا لماعًا .

تستخدم أوراق الطباق في الطب العشبي كعلاج للروماتزم على شكل كمادات على الموضع المصاب ولعلاج إصابات شلل الأطفال الحديثة كما يستخدمها أهل جنوب المملكة العربية السعودية لتلميع الخبز لإعطائه مظهرًا جميلاً.



وصف العسل

عسل صيفي، من أغلى أنواع العسل في الجزيرة العربية ، نادرًا ما يكون عسل طباق ١٠٠٪ ، فقد يخالط رحيق الطباق رحيق أزهار أخرى مثل الضرم والشرم والسحاة لونه عنبري فاتح ، قوامه قليل الكثافة ، لزج رائحة عطرية وطعم مميز.

الخواص الصحية العلاجية

أجرت كلية الصيدلة في جامعة الملك سعود في الرياض بالتعاون مع جامعتي ديوك وميسيسبي الأميركيتين دراسات، تبين من نتائجها احتواء الطباق على فلافونات فريدة من نوعها أطلق على أحدها اسم PSIADIAN ويعرف عن الفلافونات تأثيراتها الصحية والعلاجية الهامة ولكن لم يصدر عن هذه الدراسات أي معلومات حول الفلافونات الموجودة في عسل الطباق.

لا توجد معلومات حول فوائد عسل الطباق الصحية خاصة به .



عسل القتاد

MILKVETCH (KIDAD) HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : القتاد ، الكتاد ، الشداد ، الشويط ، القتادة ، قرن الجدي.

الاسم العلمي : ASTRAGALUS SPINOSUS

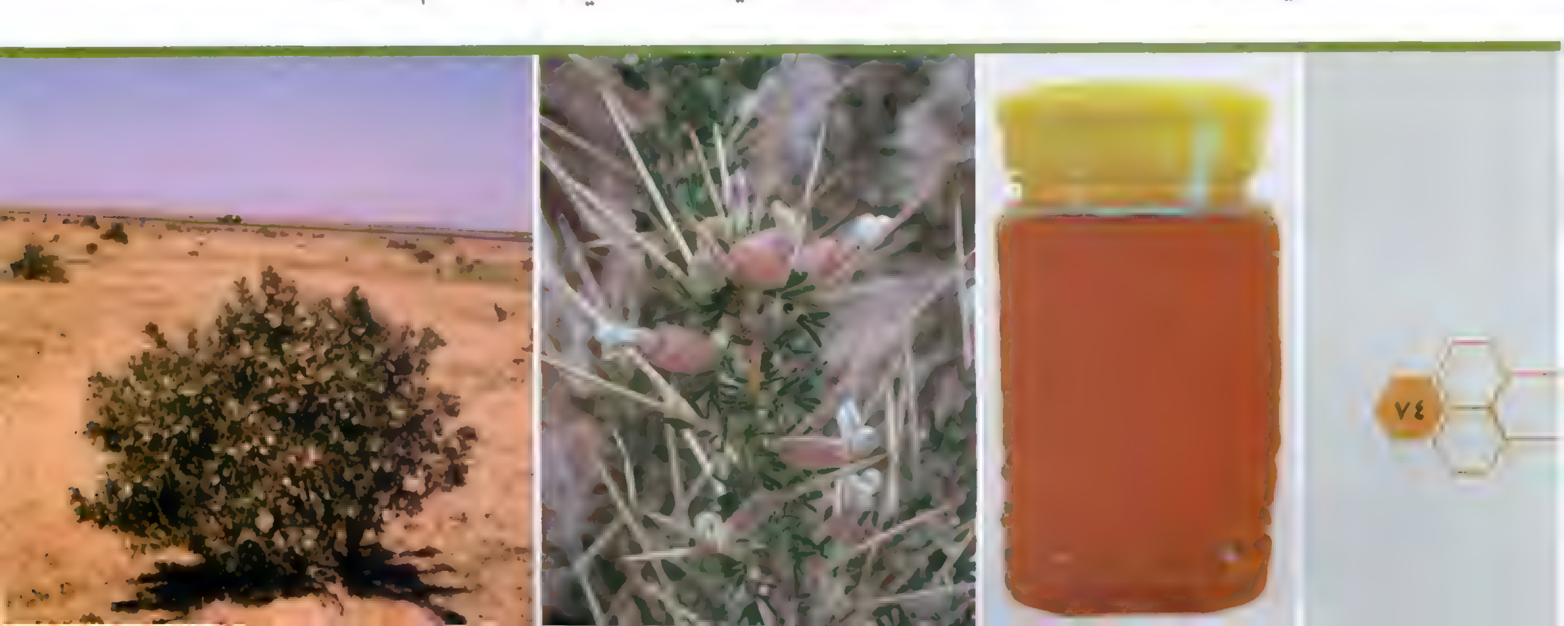
القتاد عائلة من النباتات العشبية أو الشجيرات النفضية المعمرة من الفصيلة البقولية / جنس الأكاسيا ، تضم أكثر من ٢٠٠٠ نوع ، موطنه المناطق المعتدلة في نصف الكرة الشمالي ، تنتشر على الأراضي الصخرية والرملية القريبة من السواحل ، وتنموعلى ضفاف الأخاديد يوجد نوعان من القتاد في المملكة القتاد الأصغر (مخلب العقاب) والقتاد الأعظم (الشويط) يصل ارتفاع القتاد الأصغر إلى ٦٠ سم والأعظم إلى ١,٥ متر.

يطلق على القتاد الأعظم اسم الجداد أو الطقيق واسمه العلمي ASTRAGALUS SPINOSUS FORSSKAL ويكثر في ليبيا ومصر والجزيرة العربية وسوريا وايران ويكثر القتاد الأصغر في المملكة العربية السعودية ودول الجزيرة وروسيا وتركيا وجنوب غربي اوروبا كما يكثر في شبه الجزيرة الكورية التي تجني منه عسلا أقل جودة من عسل القتاد البلدي السعودي، القتاد الأصغر نبات مراعي يكثر في وديان غرب المملكة وهو النوع الذي يجنى منه العسل .

يتميز القتاد (بنوعيه) بأشواكه الحادة التي تحصنها من رعي الحيوانات لها ، باستثناء الابل التي ترعى عليها في سنوات الجدب وهي أشجار لا تحتاج إلى الري (ربما مرة واحدة في السنة) .

يزهر القتاد من مارس إلى مايو ، لون الأزهار أبيض وتكون محمولة إفراديًا على إبط طوله ٢ سم .

يسيل من جذوع القتاد مادة لبنية (النسغ) يسمى الكثيراء يستخدمه العشابون في عدة مجالات تجميلية وعلاجية (دون اي سند علمي) وتستخدم إحدى



أنواعه في الطب الشعبي الصيني ، وقد أقدم علماء من الصين على استخراج إنزيم TELOMERASE منه ، مع إمكانية أن يدخل في تركيب مستخلص عشبي " TAT2" لاستخدامه في المساعدة على مقاومة فيروس الإيدز (HIV) والإصابات الفيروسية المرتبطة بالأمراض المزمنة أو الشيخوخة .

يباع المتمم الغذائي ASTROGALUS في الأسواق وهو مستخرج من جذور القتاد، يقال أنه يقي من أمراض السرطان ، لكنه غير مدعم ببراهين علمية كافية ، لكن ثبت علميًا أن لهذا المتمم الغذائي تأثير يعكس مسار شيخوخة الجهاز المناعي وقد أدى استعماله لمدة ٦ إلى ١٢ شهرًا إلى انخفاض عدد خلايا T المسممة والخلايا الطبيعية القاتلة في الجسم .

وصف العسل

عسل القتاد ، شتوي لونه عنبري فاتح ، مذاقه لذيذ وخفيف على شيء من المرارة ، رائحته خفيفة ، يتبلور حبيبات صغيرة متجانسة بعد ٦ شهور على قطافه ، نقي دون شوائب ، ولا يصنف على أنه عسل قتاد صاف ١٠٠٪ إلا اذا لم يكن من أزهار أخرى في المنطقة التي يرعاها النحل ، أهم المناطق التي يجني فيها عسل القتاد في المملكة ، وادي الجرم.

يجنى عسل القتاد بكميات تجارية في كوريا الجنوبية وعلى نحو بسيط في سوريا

الخواص الصحية والعلاجية

- يعالج التقرحات المزمنة مثل الغرغرينا .
- يعالج الجروح والحروق وتقرحات الفراش .
- مفيد للجهاز الهضمي .
- عسل ممتاز للأطفال .
- مقوي عام .
- يساعد على استعادة وظيفة المناعة الذاتية عند مرضى السرطان الذين يخضعون للعلاج الكيميائي أو الإشعاعي.



عسل المجرى

SAUDI WHITE HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : المجرى ، المجرية ، الوشاية، الجعدة ، وشاية مريم ، الضربة .

الاسم العلمي : TEUCRIUM POLIUM

التوكريوم جنس من النباتات المعمرة من الفصيلة السنفوية اسمها الشائع في أوروبا جيرماندر GERMANDER قد تكون نباتات عشبية صغيرة أو شجيرات متوسطة الحجم ، وجميع أنواع هذه الفصيلة غنية بالزيوت العطرية الأساسية وتثمن هذه النباتات لأنها مصدر جيد لحبوب اللقاح ، تحتاج للتعرض الدائم للشمس يصل ارتفاعها من ٥٠ إلى ٦٠ سم .

ينمو على قمم الجبال وسفوحها ، ويكثر في مرتفعات جبال عسير ومنطقة الشفا في الطائف ، يزهر في الخريف ويقطف العسل بعد أسابيع قليلة أزهاره صغيرة ذات لون أبيض.



وصف العسل

يطلق على عسل المجرى اسم عسل الطباقة في منطقة الطائف ، وهو عسل نادر الوجود أصبحت مواسمه متقطعة منذ سنوات لقلة الأمطار والتغير المناخي لونه أبيض ، قوامه كثيف جدًا ، حلاوته شديدة جارحة ورائحته نافذة يتبلور بعد القطاف مباشرة يوجد منه نوع أثيوبي مستورد وكذلك من بلاد القوقاز بروسيا.

الخواص الصحية والعلاجية

- مضاد حيوي طبيعي يقضي على عفونة المعدة .
- يخفف من الآم الحيض .
- يزيد الحيوية الجنسية عند الرجال والنساء.
- يقي الأسنان من التسوس.
- يقاوم آثار التقدم في الشيخوخة.
- يخفف الشعور بالقلق والتوتر النفسي.
- بسبب احتوائه على الفسفور ينشط الدماغ وملكات التفكير والذاكرة ، خاصة عند المتقدمين في السن .



عسل أزهار البن

COFFEE HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : القهوة ، البن

الاسم العلمي : COFFEE ARABICA

البن أشجار صغيرة أو شجيرات دائمة الخضرة من عائلة الفويات ، تنمو في المناطق الإستوائية وتحت الإستوائية يتراوح ارتفاعها ما بين ٣ و ٣,٥ أمتار موطنها الأصلي اليمن والحبشة وتنتشر زراعتها اليوم في جنوب شرق آسيا وأميركا الجنوبية وأفريقيا الشرقية ، أهم الدول المنتجة ، اليمن ، البرازيل ، كولومبيا ، المكسيك ، كينيا ، أثيوبيا ، فيتنام ، سومطرة وجاوة تعتبر حبوب البن أحد أهم المحاصيل الزراعية وأغلاها ثمنًا وأكثرها انتشارًا على مستوى العالم يجود نمو شجيرات الفصائل الشائع زراعتها في المناطق المرتفعة ولكنها لا تتحمل درجات الحرارة التي تنخفض تحت الصفر.

الأزهار جميلة الشكل كبيرة العدد ، صغيرة الحجم لونها أبيض ورائحتها عطرية



قوية . تتموضع بشكل عناقيد على محاور الأوراق . تزهر شجيرة البن عدة مرات في الموسم اعتمادًا على حالة الطقس والرطوبة في ذلك الموسم و يستمر التزهير طوال السنة ويصنف التزهير بأنه تزهير أساسي وتزهيرات صغرى ، الشجيرات التي تزرع على الأراضي المرتفعة شبه الجافة مثل غواتيمالا وكوستاريكا ، تزهر مرة واحدة في شهر مارس.

وصف العسل

يتوفر عسل البن من المكسيك وكولومبيا وجاوة بصورة أساسية . لونه عنبري فاتح ، قوامه سائل يتبلور بعد فترة طويلة مذاقه لا علاقة له بالبن ، خفيف لا حلو و لا مر ، وهو ليس دسماً وليس باهتاً ، يميل إلى اللذوعة قليلاً ، بعض المتذوقين يقولون انه عسل لذيذ جدًا والبعض الأخر يقول أن مذاقه لا يملك أي خاصية رائحته عطرية قوية تشبه رائحة قشر الليمون أفندي.

الخواص الصحية والعلاجية

لا معلومات حول خواص مميزة لهذا العسل.



عسل توت العليق الأحمر

RASPBERRY HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع :توت العليق الأحمر ، توت العليق الأوروبي ، توت العليق الأميركي

الاسم العلمي : RUBUS IDAEUS

توت العليق الأحمر شجيرات منتصبة ثنائية الحول من جنس التوت البري من الفصيلة الوردية نبات شائك يصل ارتفاعه حتى ٤ أمتار موطنة أوروبا وشمال آسيا وحوض البحر المتوسط ، وتنتشر زراعته في الولايات المتحدة على نطاق واسع تنتج روسيا حوالي نصف انتاج العالم يليها الولايات المتحدة وبولندا وأوكرانيا وكندا وفرنسا وانجلترا يزرع توت العليق الأحمر من أجل ثماره بصورة رئيسية هو في الأساس ثمار صيفية ، ولكن حاليًا يتوافر على مدار السنة تحتاج هذه الشجيرات إلى الكثير من أشعة الشمس والماء وتعتبر أيضًا مصدر هام للرحيق لون الأزهار أبيض إلى وردي تبدأ التفتح في أوائل الصيف ، وهي محمولة على نهايات السوق.

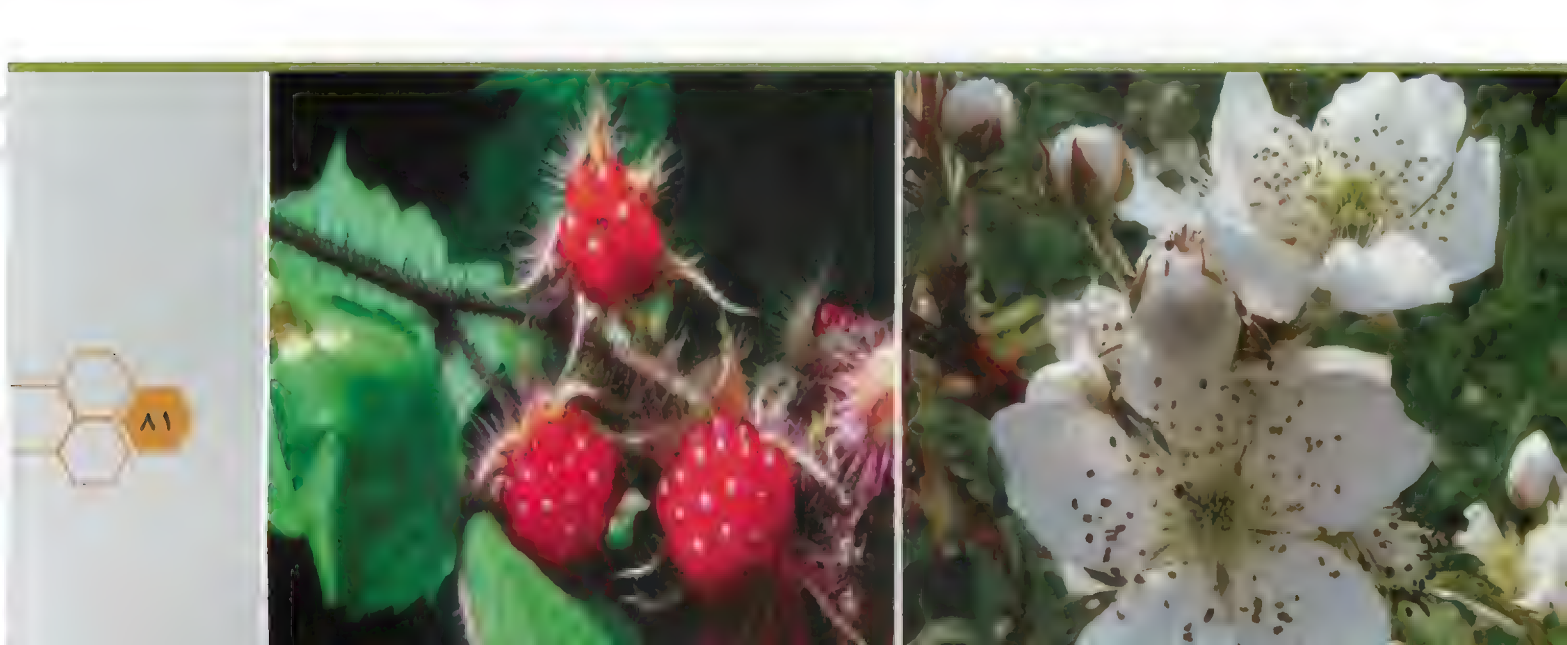


وصف العسل

أكثر الدول إنتاجًا لهذا العسل ، روسيا ، الولايات المتحدة ، أوكرانيا ، فرنسا، لونه فاتح صافي يشبه لون عصير التفاح ، قوامه سائل قليل اللزوجة يحتاج إلى سنة للتبلور ، رائحته تشبه رائحة زبدة الكاكاو قوية ونافذة ، مذاقه سلس ورقيق ، مميز جدًا مع ميل بسيط إلى الحموضة .

الخواص الصحية والعلاجية

- يساعد على تنظيم الطمث .
- مضاد قوي للأكسدة ويقي من الجذور الحرة أكثر من أي نوع عسل آخر .
- قابض للأنسجة ومطهر للجروح .
- يعتقد أن له مفعولاً مضاداً للسرطان بسبب احتوائه على مركبات الفينول ولكن دون استناد إلى اختبارات سريرية .
- غني جدًا بالفيتامين C والفولات .



عسل السماق

SUMAC HONEY

الوصف النباتي

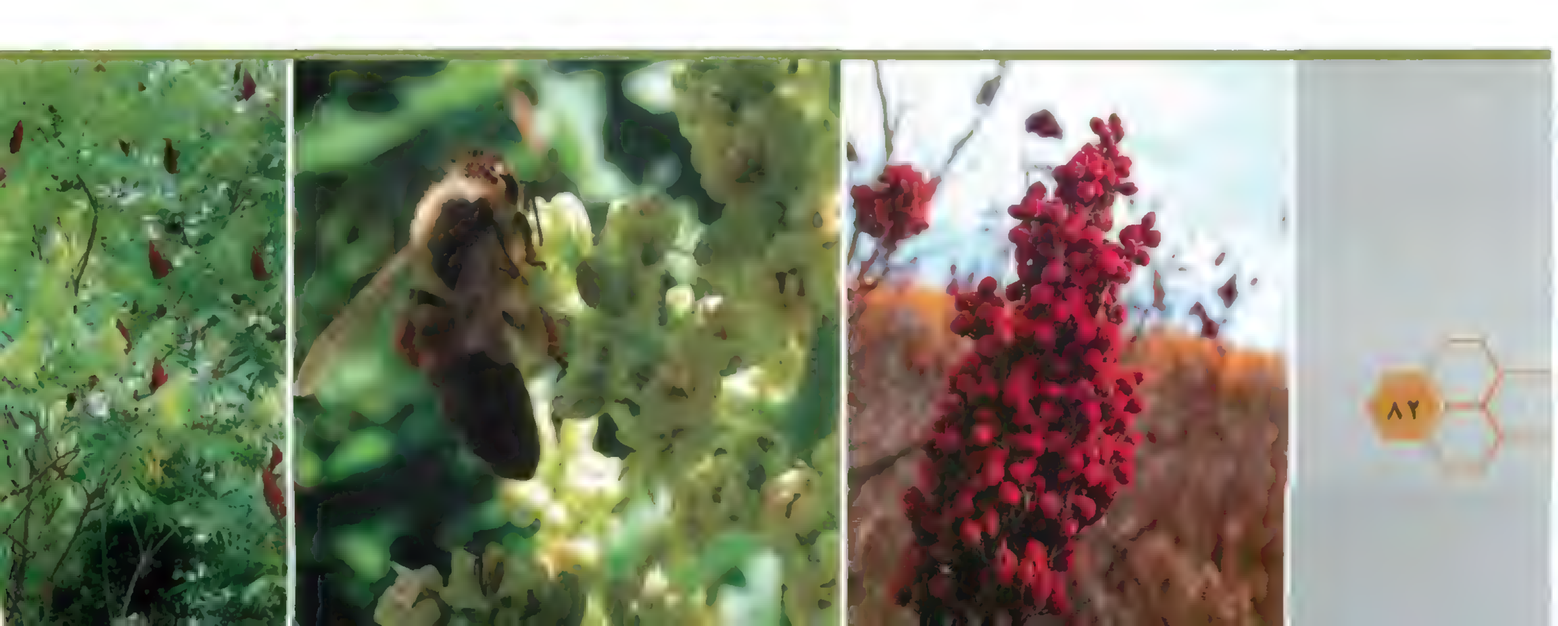
الأسماء الشائعة : سماق ، سماق الدباغين ، سماق الصباغين

الاسم العلمي : RHUS TRILOBATA

السماق جنس من النباتات المزهرة يضم حوالي ٢٥٠ نوع من الفصيلة البطمية وتكون أشجار صغيرة أو شجيرات يتراوح ارتفاعها بين ١ و ١٠ أمتار وتنمو في المناطق المعتدلة وتحت الإستوائية في جميع أنحاء العالم وخاصة حوض البحر الأبيض المتوسط وأمريكا الشمالية ويحتاج إلى تربة كلسية جافة (من البلاد العربية التي ينمو فيها السماق ، سوريا ولبنان ومصر والجزائر والمغرب) .

تختلف مواقيت تزهير السماق تبعًا لاختلاف الموقع الجغرافي وتتفاوت ما بين أبريل وأغسطس الأزهار صغيرة الحجم جدًا لونها أبيض كريمي مائل إلى الأخضر أو أحمر تتموضع بكثافة على شكل نورات يتراوح طولها بين ٥ و ٣٠ سم .

يعتبر السماق مصدر هام للعسل لأن أزهاره تنتج كميات كبيرة من حبوب اللقاح والرحيق يعمل النحل على جمع حبوب اللقاح عند الفجر قبل شروق الشمس التي تحفز الأزهار على انتاج الرحيق ويكون إنتاج الرحيق على أشده في الأيام الحارة المشمسة ويكاد يتوقف كليًا في الأيام الباردة الغائمة .



للسماق إضافة إلى كونه تابل محبب يضاف إلى كثير من الأطعمة العربية والشرقية استعمالات طبية وصناعية وعطرية يحتوي مواد قابضة ومطهرة ومضادة للالتهابات ، وراتنجات وأصباغ تستعمل لدبغ الجلود وتلوين الأقمشة وزيوت عطرية.

وصف العسل

نادرًا ما يتوافر عسل السماق الطبيعي الصافي في الأسواق رغم غزارة رحيق الأزهار. ويعزو السبب إلى اختلاط رحيق أزهار السماق برحيق مصادر زهرية أخرى ورغبة النحالين في الحصول على عسل سماق بنكهات مختلفة تبعًا لخلطه برحيق النباتات الأخرى.

لون عسل السماق أصفر ذهبي إلى عنبري قوامه لزج قليل الكثافة يتبلور بعد سنة على قطافه ، رائحته رقيقة عطرية مذاقه مر عندما يجمع في نهاية الصيف لكن المرارة مؤقتة وتزول تمامًا مع حلول فصل الشتاء ويصبح المذاق لذيذاً قليل الحلاوة تعتبر الولايات المتحدة المنتج المميز لهذا النوع من السماق ، خاصة وأن شجيرات السماق توجد في جميع الولايات الـ ٤٨ .

الخواص الصحية والعلاجية

- يساعد في التخفيف من مضاعفات قرحة المعدية وآلامها .
- يقي من الغرغرينا (بوضع كمادة عسل سماق على الجرح، عندما لا تتوافر حقنة الترياق المعتاد بسرعة ، أو للمساهمة في الوقاية).



عسل اليانسون

ANISE HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : يانسون ، ينسون ، كمون حلو ، الحبة الحلوة

الاسم العلمي : PIMPINELLA ANISUM

اليانسون نبات عشبي حولي مزهر من الفصيلة الخيميه موطنه شرق البحر المتوسط وجنوب غرب آسيا .

يصل ارتفاعه حتى ٩٠ سم لون الأزهار أبيض على شكل بيضوي تحملها نهاية الأفرع على شكل مظلات كثيفة يبلغ قطر الزهرة ٣ ملم يزهر اليانسون في أواسط شهر مايو ويدوم شهرًا يزرع اليانسون على نطاق واسع في سوريا وتركيا وايران وجنوب أوروبا والصين والهند واليابان.

تستعمل حبوب اليانسون في كثير من المأكولات والمشروبات ويصنع منه شاي لتهدئة الجهاز الهضمي كما تؤكل مباشرة لتطييب رائحة الفم .

يستخرج من اليانسون زيت عطري طيار وهرمون الاستروجين النباتي.

من خصائصه الطبية تهدئة الأعصاب ، تنشيط الهضم وتسكين المغص والسعال .



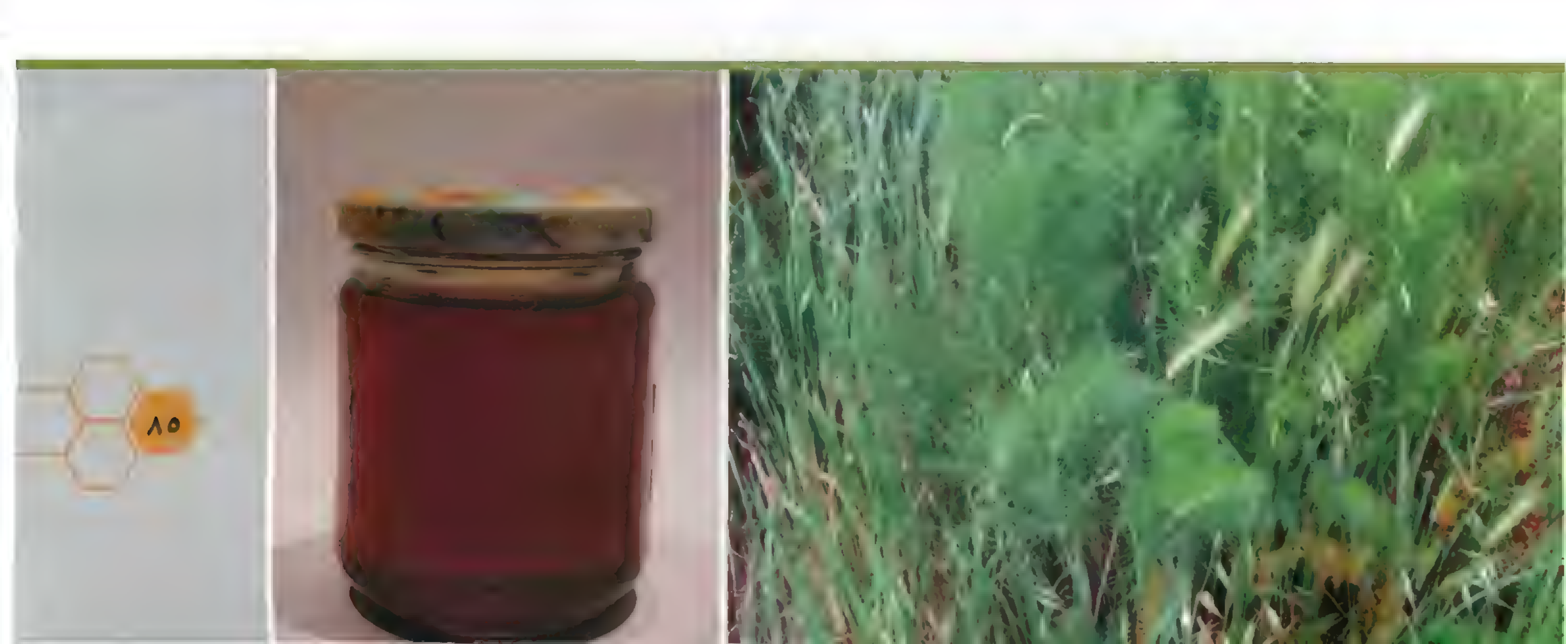
وصف العسل

معظم أنواع العسل التي تباع في الأسواق تحت اسم عسل اليانسون هي في الواقع أنواع عسل من مصادر زهرية متعددة أضيف إليها مستخلص اليانسون.

محصول هذا العسل جيد إذا توفرت الظروف المناخية الملائمة لونه عنبري داكن قوامه سائل قليل اللزوجة لا يتبلور إلا بعد فترة طويلة من قطافه ، رائحته عطرية خفيفة ومذاقه خفيف حلاوته غير شديدة.

الخواص الصحية والعلاجية

- مدر للبول والطمث .
- يساعد عند الولادة و مدر للحليب .
- يسكن الجهاز الهضمي وينشطه .
- يزيل البلغم ويوقف السعال .



عسل الشوشون

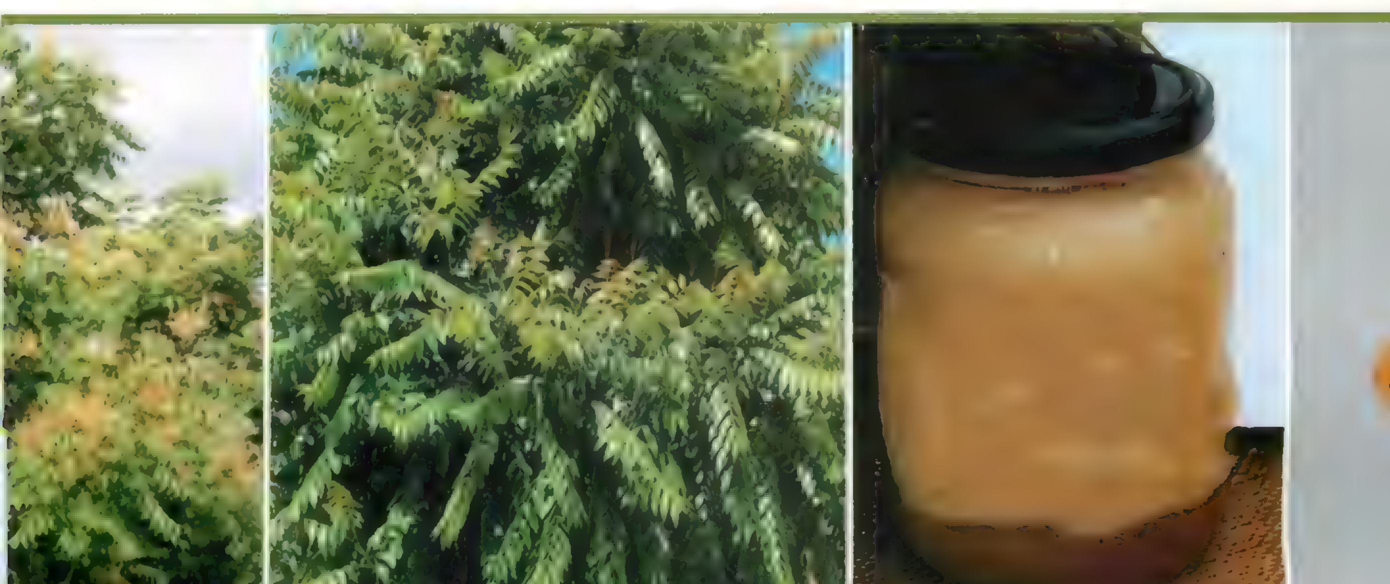
ALIANTO HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : اليانتو ، الشوشون ، شوك المسيح ، شجرة الفردوس ، السماق الصيني ، وشجرة السماء.

الاسم العلمي : AILIANTHUS ALTISSIMA

الشوشون أشجار نفضية من رتبة الصابونيات ، موطنها الأصلي الصين ، وتنتشر في كافة المقاطعات الصينية ، ونقلت إلى كثير من مناطق العالم وخاصة أوروبا يتراوح ارتفاعها بين ١٧ و ٢٧ متراً ، يجود نموها في التربة الندية الموحلة ولكنها تتأقلم مع كافة أنواع التربة والمناخات ، الشوشون شجرة غريبة جدًا من الناحية النباتية ، فهي ثنائية الجنس ، أشجار مذكرة وأشجار مؤنثة ، تفوح من الأشجار المذكرة رائحة كريهة وتحمل عدد من الأزهار يساوي ٤ أضعاف ما تحمله الشجرة المؤنثة ، تظهر الأزهار الصغيرة ما بين منتصف ابريل وآخر يوليو متموضعة على الأغصان الجديدة النمو بشكل عناقيد كبيرة يصل طولها إلى ٥٠ سم . لونها أصفر مع مسحة خضراء .



تعتبر المستخلصات من الجذوع والأوراق والجذور والأزهار من أقدم العلاجات الموثقة في الطب الصيني التقليدي التي ما تزال تستخدم حتى يومنا هذا . حاليًا يستخرج منها في الصين أدوية صيدلانية لعلاج عدد كبير من الأمراض مثل الأمراض المعدية والملاريا والبكتيريا العنقودية .. وغيرها .

وصف العسل

تشتهر إيطاليا بإنتاج عسل الشوشون (ALIANTO) الذي يباع في الأسواق العالمية ، وينتج أيضًا في الصين واليابان وكوريا (تزهر أشجار الشوشون الإيطالية من يونيو إلى يوليو) ، لا تعطى أهمية كبيرة على إنتاج هذا العسل لأن الأشجار توجد متفرقة في كافة المناطق الإيطالية المأهولة بالسكان .

لون العسل عنبري فاتح ، قوام سائل يتبلور بعد شهرين من القطاف ، رائحته خفيفة غير مميزة ، مذاقه سلس بنكهة مذاق العنب المسكي.

الخواص الصحية والعلاجية

لا تتوافر معلومات محددة حول خواص عسل الشوشون .



عسل البروق

ASPHODEL HONEY

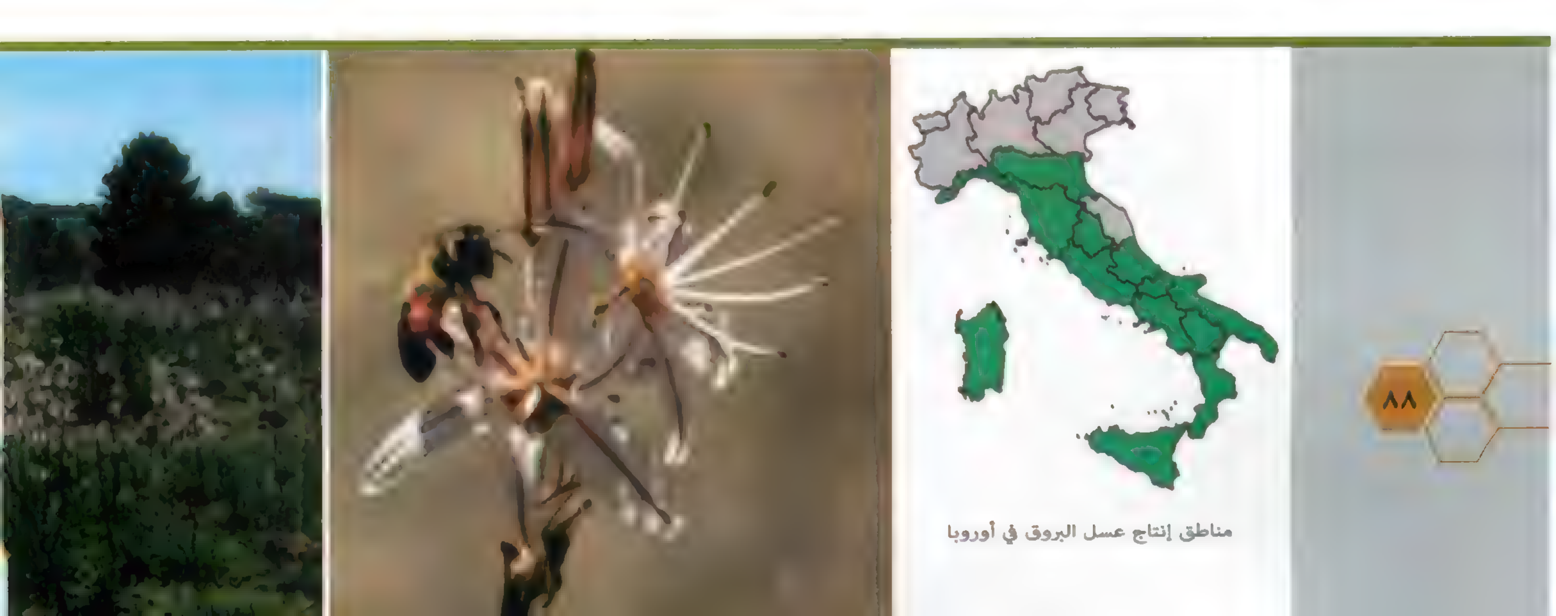
وصف النبات

الاسماء الشائعة : بروق ، برواق.

الاسم العلمي : ASPHODELDUS ASTIVUS

البروق أو البرواق جنس نباتي ينتمي إلى الفصيلة البروفية من العائلة الزنبقية ويضم ١٥ نوعًا من النباتات المزهرة المعمرة ، موطنه الأصلي غرب ووسط وجنوب أوروبا ، ويعتبر نموذج للنبات التي تنمو على الروابي والمروج المفتوحة على سواحل البحر الأبيض المتوسط، ينتشر البروق ، اليوم في كل أنحاء العالم ، ويتميز البروق الصيفي بخواصه المنتجة للعسل.

البروق نبات عشبي بساق منتصب يحمل سويقة جميلة الشكل من الأزهار البيضاء / وردي أو الصفراء يتراوح ارتفاعها من ٤٥ إلى ٦٠ سم يحتاج نموه إلى تربة مروية جدًا والكثير من أشعة الشمس.



مناطق إنتاج عسل البروق في أوروبا

استعمل الأغريق والرومان أجزاء مختلفة من هذه العشبة ، كما أن العسل الناتج عنها لعلاج العديد من الأمراض ، لكن يبدو أن الطب الحديث لم يجد لها فائدة قيمة وفي السابق كان بدو ليبيا يستعملون سوقه لبناء سقوف منازلهم .

وصف العسل

يعتبر أفخر أنواع العسل المنتجة في إيطاليا ، لونه أصفر فاتح إلى كريمي ، مذاقه رقيق ليس بحلو أو مر رائحته قوية ومركبة تماثل رائحة المروج والأعشاب بعد أول الغيث قوامه سائل ، لزوجة قليلة يتبلور بعد وقت قصير ينتج أيضًا في أسبانيا والبرتغال وجزر الكناري والولايات المتحدة عادة لا يصدر خارج مناطق انتاجه.

الخواص الصحية والعلاجية

- مدر للبول .
- مضاد للانقباضات العضلية .



عسل البامبو الياباني

BAMBOO KNOTWEED HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : بامبو ، البامبو الأميركي ، البامبو الياباني ، البامبو المكسيكي ، اذن الفيل ، عريشة همالايا ، العجرة ، أزهار العجرة .

الاسم العلمي : POLYGONOM CUSPIDATUM

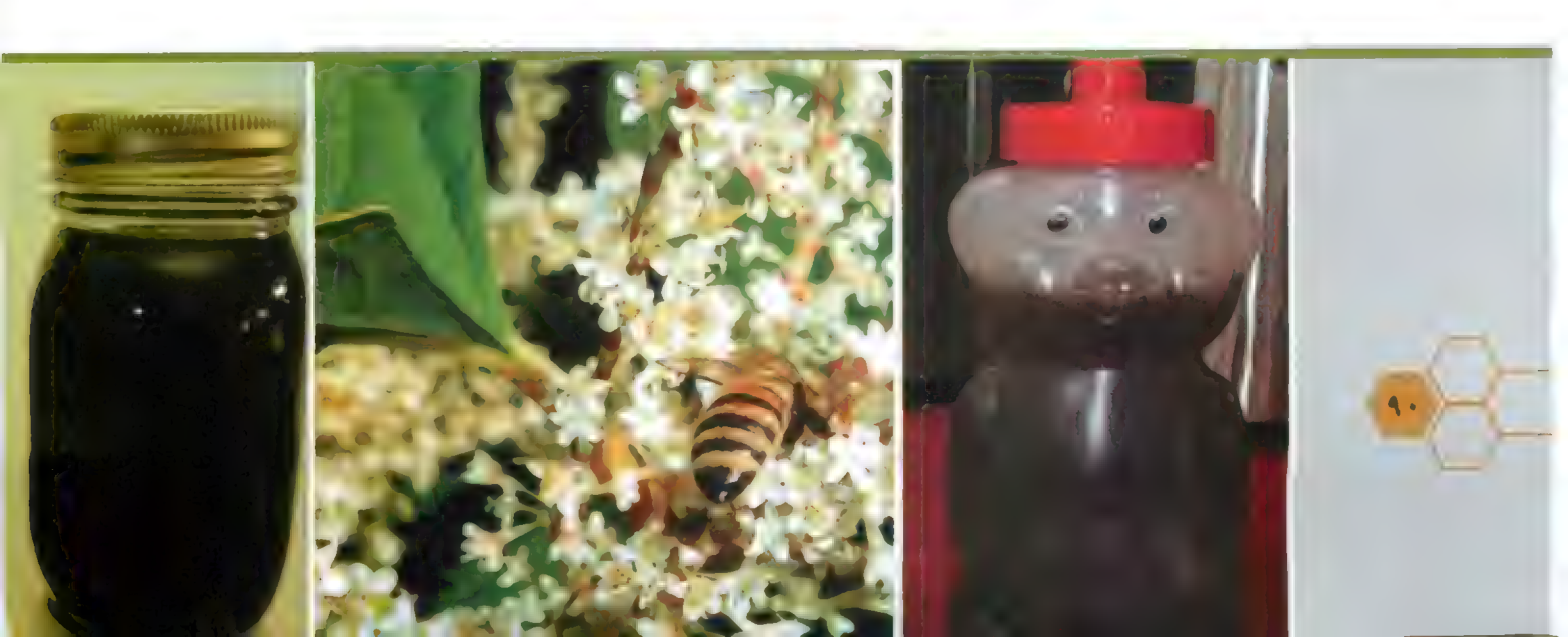
FALLOPIA JOPONICA

البامبو نبات عشبي كبير ثنائي الحول ، موطنه شرق آسيا - اليابان ، الصين ، كوريا من الفصيلة البطباطية وقد نجحت زراعة بعض الفصائل منه في أميركا الشمالية وأوروبا ، ولكنها صنفت من النباتات الغازية الضارة .

يتميز البامبو الياباني بسوقه الأسطوانية الخاوية مع عقد بارزة تعطيه مظهر الخيزران (البامبو الحقيقي) رغم أن لا علاقة بين النباتين ، تنمو السوق في كل موسم جديد إلى ارتفاع ٣ إلى ٤ متر، ولكن من الشائع مشاهدة نباتات أقصر كثيراً ، خاصة حين تنمو من شقوق الأرصفة .

يزهر البامبو في آخر الصيف وأوائل الربيع ، وتكون على شكل نورات يتراوح طولها من ٦ إلى ١٥ سم وهي غنية جدًا بحبوب اللقاح.

يولي النحالون في اليابان اهتماماً بالغاً لهذا المصدر الهام للرحيق الذي يجمعه عسل النحل ويحوله إلى عسل وحيد المصدر الزهري يطلق عليه عالميًا اسم عسل البامبو .



وصف العسل

يعتمد بعض النحالين في اليابان على هذا الدفق المتأخر من هذا العسل ، وتعتبر هذه النبتة مصدر رائع للرحيق الذي يجود في آخر الصيف عندما يصبح النهار أقصر والطقس لا يساعد على جمع الرحيق، تنتمي نبتة البامبو اليابانية إلى ذات العائلة النباتية التي تنتمي إليها الحنطة السوداء BUCKWHEAT . ويشبه عسل النحل الناتج من هذه النبتة لكن بدرجة أخف ، لونه داكن ، مذاق لاذع بنكهة الحمضيات رائحة قوية مميزة ، قوامه سائل ، بطيء التبلور.يحتوي على مستويات عالية من مضادات الأكسدة. كما تنتج أزهار البامبو كميات غزيرة من حبوب اللقاح.

الخواص الصحية والعلاجية

- يحتوي على مضاد للأكسدة اسمه رسفراترول RESVERATROL. ومن سمع بهذا المضاد ، فحتماً هو سمع عن عسل البامبو الياباني ، لأن هذه النبتة تعتبر مصدر مركز لهذا المضاد للأكسدة ، وتنتقل نسبة منه إلى العسل ويعتبر المركب EMODIN تقليديًا علاج لمرضى القلب والسكتة القلبية ، كما أشارت أبحاث سريرية إلى فعالية هذه المركب في كبح نمو الخلايا السرطانية ويعكف العلماء على دراسة احتمال أن توفر الجرعات العالية منه وقاية من الإصابة بالسرطان أو إطالة فترة عيش المصابين بهذا المرض.

- تفيد مصادر العاملين بالطب الصيني والياباني التقليدي أن مركب أمودين EMODIN الموجود في جذور النبتة والعسل ينظم حركة إخراج الغائط ويعمل كمسهل.

- يعتبر عسل البامبو مصدرًا هامًا لمضادات الأكسدة التي تؤخر مظاهر الشيخوخة وتمنع تشكل الصفائح الجيرية على جدران الشرايين ، وتقي الكبد من السموم.



عسل المريمية السوداء

BLACK BUTTON SAGE HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : المريمية السوداء

الاسم العلمي : SATIVA MELLIFERA

المريمية السوداء شجيرات صغيرة ثنائية الحول ، دائمة الخضرة أحيانًا ، شديدة العطرية ، موطنها الروابي المطلة على سواحل ولاية كاليفورنيا وولاية باها المكسيكية ، تنمو على ارتفاع يصل إلى ١٢٠٠ م عن سطح البحر ، تستطيع التأقلم مع كافة أنواع التربة ، الرملية أو الصخرية أو البازلتية ، حمضية أو قلوية ولا تحتاج إلى أكثر من ٣٨ سم من متساقطات المطر سنويًا يتراوح ارتفاعها بين ١ و ٢ متر ويكون مظهرها داكنًا في أيام القحط تتفتح الأزهار الغزيرة الرحيق من فبراير إلى يونيو وهي على شكل عناقيد متموضعة على سويقات طويلة لونها أزرق فاتح أو أورجواني ، أو وردي فاتح (في أحيان نادرة) أخذت هذه الأزهار البرية اسمها من البراعم الصغيرة السوداء اللون.



وصف العسل

هذا عسل من اختصاص ولاية كاليفورنيا ، وهو عسل مذهل بكافة معايير النوعية والكمية وفريد من نوعه لأن زهيرات المريمية السوداء العديدة الموجودة في العنقود الواحد تتفتح تباعًا ، يتفتح برعم أو برعمين فقط في الوقت نفسه ، وهو عسل نادر لأن العسل يتوفر ٤ مرات في كل ١٠ سنوات.

لون عسل المريمية السوداء عنبري فاتح ، رائحته عطرية خفيفة ، مذاق حلو رقيق بنكهة زهور المريمية ، يذوب في الفم مثل الكريمة ، ويدوم تأثيرها على اللسان طويلاً ، قوامه سائل لزج ، تبلوره يأخذ سنة أو سنتان على الأقل ، وهو من أكثر أنواع العسل شعبية في ولايات الغرب الأميركي.

الخواص الصحية والعلاجية :

- غني بالفلافونيدات ومضادات الأكسدة .
- يساعد في تحفيز البكتيريا النافعة في الأمعاء .
- يقي من أخطار بعض أنواع السرطان والتهابات المعدة وضغط الدم العالي.



عسل الأكاسيا الأميركية

AMERICAN ACACIA HONEY

(الخروب الأسود)

(BLACK LOCUST)

وصف النبات

الأسماء الشائعة : الأكاسيا الزائفة ، الخروب الأسود ، الأكاسيا الأميركية .

الاسم العلمي: ROBINIA PSEUDOACACIA

الأكاسيا الأميركية (تعرف أيضًا باسم الخروب الأسود) أشجار من الفصيلة القرنية/ عائلة الفوليات ، موطنها جنوب شرقي الولايات المتحدة وانتشرت زراعتها على نطاق واسع في المناطق المعتدلة من شمال أمريكا وجنوب أفريقيا وآسيا وعلى وجه الخصوص في دول أوروبا الشرقية التي تأتي في مقدمة منتجي عسل الأكاسيا الأميركية .

رغم اسمها ، لا تنتمي هذه الأشجار إلى جنس الأكاسيا / السنط . خاصة وأنها أشجار عملاقة يصل ارتفاعها إلى ٥٢ متر وقطر جذعها ٢ متر .

تزهر من مايو إلى يونيو ، فترة التزهير ١٠ أيام وتكون على شكل عناقيد متدلية يتراوح طولها بين ٨ و ٢٠ سم ، لون الأزهار أبيض كريمي ولها رائحة عطرية شديدة ونافذة ويبلغ قطرها ٢ إلى ٢,٥ سم . وهي ممتعة للنظر.

وصف العسل

يغط النحل تكرارًا على كؤوس الأزهار التي تفيض بالرحيق ، مكرسين أنفسهم لهذه المهمة من الصباح إلى المساء دون توقف لمدة ١٠ أيام (فترة التزهير) والنتيجة .. عسل يتمتع بشعبية كبيرة بين الناس تفوق شعبية أي نوع عسل آخر في الولايات المتحدة (حيث يعتبر عسل فاخر ٥ نجوم) ودول أوروبا . وهو عسل يعشقه الأطفال . لونه أصفر فاتح صاف وشفاف وأحيانًا يماثل اللون الأبيض .



رائحته عطرية قوية بشذا الفانيلا والزهور ، ومن مميزاته عند إضافته إلى الشاي أو المشروبات الأخرى ، أنه يحلي دون أن يغير في مذاق ورائحة الشاي مذاقه سلس مميز وهو من أكثر أنواع العسل حلاوة حمضيته أقل من حمضية أنواع العسل الأخرى ومحتواه من الفركتوز يجعل تبلوره نادرًا ويقال أن هذا العسل لا يتبلور أن كان ذلك بفعل تمادي الوقت أو تدني درجات الحرارة ، أكبر المنتجين والمصدرين لهذا العسل بلغاريا وهنغاريا ورومانيا ، كما يقل في الولايات المتحدة وكندا والصين وفرنسا وايطاليا .

الخواص الصحية والغذائية

- يعتبر أفضل خيار لمرضى داء السكري بسبب محتواه المنخفض من السكروز ومحتواه العالي من الفركتوز.
- يساعد في تنظيم وظائف الأمعاء.
- مضاد لالتهابات الجهاز التنفسي.
- ينقي الكبد من السموم.
- يوصي به كتغذية شاملة ، بما فيها التغذية العلاجية .
- فعال في تخفيف الصداع .
- يعالج أمراض الكلى وتصلب الشرايين .
- يعالج حالة التسمم الفيتامين (حالة مرضية تحدث من فرط الفيتامينات في الجسم).
- يسكن الاضطرابات العصبية والأرق.

تفيد نظرية علمية وضعوها علماء صينيون بأن عسل الأكاسيا الأميركية يحتوي على زيت طيار " وجلكوسايد الخروب " اللذان يعملان على تنشيط الدورة الدموية ويساعدان على الهضم الجيد والنوم المريح .



عسل اللفت (السلجم)

COLZA HONEY

وصف النبات:

الأسماء الشائعة : اللفت ، اللفت الزيتي ، سلجم ، كولزا ، (كانولا) .

الاسم العلمي : BRASSICO RAPA

اللفت أو السلجم من أهم المحاصيل المستخدمة لانتاج الزيت وتأتي من حيث الأهمية بعد الصويا والنخيل هو نوع مهجن من نوع الملفوف BRASSICA OLERACEA ونوع اللفت العادي BRASSICA COMPESTRIS ، من الفصيلة الصليبية ، تنمو نورات سنبلية تحمل عناقيد أزهار صفراء اللون ، تبدأ النبتة التزهير قبل أن يصل الساق إلى طوله النهائي ويستمر التزهير بين شهر وشهر ونصف ، ويستمر الرحيق في الدفق طوال الصيف ، خاصة مع التزهير المتأخر الذي يأتي أول الخريف ، يحتاج نبات السلجم إلى الري أثناء فترة التزهير وإلى حرارة تراكمية .

الكانولا اسم أطلق على نوع هجين معدل وراثيًا ، طور في كندا لاستخراج زيت ذو مذاق مقبول ، وصيغت الكلمة CANOLA من دمج كلمتي CANADA و OIL ، وتعني زيت كندا . استخدامات السلجم ، علف للمواشي ، لاستخراج الزيت النباتي الصالح للأكل ، واستخراج زيت وقود حيوي ، يأتي في مقدمة المنتجين دول الاتحاد الأوروبي وكندا والولايات المتحدة واستراليا والهند . هذا وقد ظهرت تقارير تفيد باحتمال وجود مخاطر صحية على المستهلكين من جراء أنواع السلجم المعدلة جينيًا .



وصف العسل :

أصدرت الحكومة الاسترالية مرسومًا يقضي بكتابة توضيح على ملصق عبوة عسل السلجم تفيد بأنه أنتج من أزهار نباتات معدلة جينيًا ، إن كان الأمر كذلك ، ووضح المرسوم أن الطريقة الوحيدة لمعرفة الفرق بين عسل السلجم الطبيعي وعسل السلجم المعدل جينيًا هي كمية حبوب اللقاح ، التي تكون أكثر في العسل الطبيعي .

يصعب الحصول على هذا العسل لأن السلجم يعتبر محصول استراتيجي وذو أهمية كبيرة في الدورة الاقتصادية والصناعية ، ويمكن أن يأتي العسل في المرتبة العاشرة من استخدامات هذا النبات.

لون العسل ذهبي شاحب ، المذاق رائع خفيف قليل التميز والوضوح ، الرائحة حيادية ، القوام كريمي مع القليل من التحبحب ، يتبلور داخل الأقراص . يستمر دفق الرحيق طوال الصيف .

الخواص الصحية والعلاجية

- ينشط الدورة الدموية .
- ينمي المناعة الذاتية .
- يخفف الآم المفاصل والعضلات .



عسل الشفلح

CAPER HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : الشفلح ، قبار ، الكبر ، الصف ، شوك الحمار ، ضجاج ، شالم ، عصلوب ، الصفاف.

الاسم العلمي : CAPPARIS SPINOSA

التعريف بالنبات: الشفلح جنس من النباتات الشتوية ثنائية الحول أو معمرة ، نفضية تعتبر من الفصيلة القبارية (النبات الشوكيه) الرتبة الكرنبية ، يتراوح ارتفاعها ما بين ٣٠ و ١٠٠ سم وأغلبها يفترش الأرض ، تنمو على شقوق الصخور والجدران الحجرية في تربة فقيرة ونصف مروية ، تنتشر هذه الأعشاب بكثرة في كل مناطق البحر الأبيض المتوسط ولكن يعتقد أن هذه المناطق ليس موطنها الأصيل بل أتت من المناطق الأستوائية واستوطنت مع الوقت كما تنمو في كثير من بلدان آسيا المعتدلة المناخ وخاصة الجزيرة العربية ، الدول التي تستخدم الشفلح على نطاق تجاري واسع ، فرنسا وأسبانيا وسوريا والمغرب تحمل الغصينات أوراقاً مكتنزة وأزهارها كبيرة عطرية ، لونها أبيض على وردي لها عدد كبير من الأسدية وثمرة ذات شكل كمثرى بلون «البنفسجي» الفاتح تنمو على الأغصان التي ظهرت في السنة الأولى من عمر النبات . تظهر الأزهار من ١٥ مايو حتى ١٥ سبتمبر تخلل الثمار و تقدم مع أصناف متعددة من الطعام ، وتستخدم براعم الزهور لأغراض صحية وطبية متعددة ولصناعة الأدوية ومستحضرات التجميل ، الثمار الطازجة لها مذاق مر.



تحتوي أزهار الشفلح على مركب الكيورسيتن QUERCETIN المضاد للأكسدة وعلى مركبات مضادة للسرطان وعلى معدن السلينوم الهام الذي يقي من بعض أنواع السرطان أكثر من أي نبات آخر.

يستخدم الشفلح في الطب الشعبي لعلاج العديد من الإصابات والأمراض.

وصف العسل

عسل الشفلح من أجود أنواع العسل وأغلاها سعرًا ومن شدة الاهتمام بمزايا الأزهار الطبية وقطفها السريع ، يصعب الحصول على هذا العسل كما جرت العادة في بعض الدول الأوروبية على إضافة مسحوق أزهار الشفلح المجففة إلى بعض أنواع العسل وبيعه على أساس عسل مع شفلح أما عسل الشفلح الوحيد المصدر الزهري فهو قليل جدًا ، ينتج بصورة رئيسية في فرنسا ، وأسبانيا وبكميات قليلة في المملكة العربية السعودية لونه عنبري ، سائل القوام ، رائحة عطرية خفيفة مذاقه حلو مع شيء من المرارة .

الخواص الصحية والعلاجية

- يفيد مرضى الكلى والمسالك البولية .
- مقويٌ جنسي فاعل جدًا.
- يعالج أوجاع الروماتيزم والنقرس .
- يحسن وظائف الكبد.
- يزيد عدد الحيوانات المنوية .



عسل القطلب

CORBEZZOLO HONEY

الوصف النباتي

الاسماء الشائعة : شجرة الفراولة الأوربية ، القطلب .

الاسم العلمي : ARBUTUS UNEDO

كوربزولو شجيرة مثمرة دائمة الخضرة من الفصيلة الخلنجية ، موطنها سواحل إيطاليا الغربية ، جنوب فرنسا ، وتوجد في جمهورية إيرلندا ، يتفاوت ارتفاعها من ٥ إلى ١٠ أمتار ونادرًا تصل إلى ٢٥ متر ، تكون الازهار على شكل جرس قطرها من ١ سم إلى ٢ سم لونها أبيض وأحيانًا وردي ، تتجمع على شكل عناقيد تتألف من ١٠ إلى ٣٠ زهرة ، تزهر الكوربزولو من أكتوبر إلى ديسمبر (إيرلندا) أو من سبتمبر إلى أكتوبر (جزيرة سردينيا ، وساحل توسكاني) ، خلافًا للأنواع الخلنجية الأخرى تنمو هذه الشجيرة في تربة كلسية وتتأقلم مع فصول الصيف الجافة ، تعطي ثمارًا حمراء في بداية الشتاء تشبه في الشكل ثمار الفراولة العادية .



مواصفات العسل

يبدو أن جزيرة سردينيا هي صاحبة الاختصاص بهذا العسل النادر ، فعندما يسأل أي زائر أو سائح للجزيرة ، أحد السكان ، ما أفضل هدية يمكن أخذها من هنا ؟ يكون الجواب على الدوام عسل القطلب . لكن من الصعب الحصول عليه خارج الموسم ويجب الصعود إلى القرى الجبلية لإيجاده رغم انتشار زراعة هذه الشجيرات (نقلت مؤخرًا إلى ولاية كاليفورنيا) في جنوب أوروبا على سواحل المتوسط وفي ايرلندا ، لا يهتم أحد بجني هذا النوع من العسل باستثناء جزيرة سردينيا ومنطقة توسكاتي الإيطالية .

يأتي النحل في الخريف لحصاد الرحيق مع هطول الأمطار و عسل القطلب أصفر اللون على ذهبي ، سميك القوام ولزج يتبلور بسرعة بعد قطافه عطره يشبه شذا الغابات ، مذاقه حلو جدًا مع نكهة مرة محببة ، هذا العسل رائع المذاق مع الأجبان الزرقاء .

الفوائد الغذائية والعلاجية

- يحوي عسل القطلب على أصباغ مضادة للأكسدة .
- مطهر وقابض للأنسجة .
- مقوي ينشط المناعة الذاتية .
- يقي من تصلب الشرايين .
- الربو وأمراض الجهاز التنفسي



عسل الخرشوف

CARDOON HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : خرشف، خرشوف

الاسم العلمي : CYNARA CARDUNCULUS

الخرشوف نبات حولي متين ومنتصب من الفصيلة النجمية المركبة وينتمي إلى الفصيلة ذاتها مع نبات الأرضي شوكي موطنه حوض البحر الأبيض المتوسط تشكل أوراقه الكبيرة جدًا باقة شبه شوكية ويصل ارتفاعها ٦٠ إلى ١٥٠ سم وفي أحيان متفرقة قد يصل إلى ٢ متر يزهر الخرشوف في السنة الثانية لزراعته وينمو على الأراضي البور والأخاديد وجوانب الطرق ويكون ذلك من ديسمبر إلى فبراير .

لون الأزهار أزرق بنفسجي ، يتراوح قطرها بين ٥ و ١٣ سم وتكون محاطة بسلسلة أوراق صلبة ذات رؤوس شوكية.

كان الخرشوف يعتبر من الخضار الهامة في الماضي ، ولكن شقيقه الأرضي شوكي حل مكانه من حيث الأهمية والفائدة الغذائية ، يزرع اليوم في بعض المقاطعات الفرنسية والسويسرية وإيطاليا ومصر.

حاليًا ، يستخدم الخرشوف لاستخراج الأنزيمات النباتية لاستخدامها في أنفوحة إنتاج الأجبان في البرتغال وأسبانيا . ولفت الانتباه مؤخرًا إلى خاصيته كمصدر للوقود الحيوي ، خاصة وأن الزيت المستخرج منه يماثل زيت الكانولا وزيت زهرة الشمس.



وصف العسل

يعتبر هذا العسل ، عسل سرديني (من جزيرة سردينيا) نموذجي وتفتخر مقاطعة توسكاني وبعض مقاطعات أسبانيا بإنتاج هذا النوع من العسل.

لون عسل الخرشوف عنبري مع مسحة من الأخضر ، رائحته عطرية نافذة ، تماثل رائحة القرفة وأزهار المنثور البري وجوزة الطيب مذاقه غني ودسم ، حلاوته متوازنة ونكهته قوية قوامه كثيف ، بطيء التبلور غني بحبوب اللقاح ، إذا ترك دون تصفية يصبح اللون والقوام أشبه بلون وقوام الكاراميل الذائب و مثله مثل النبات يستعمل عسل الخرشوف كأنفوحة في تصنيع الأجبان.

خواصه الصحية والعلاجية

- يحتوي على نسبة جيدة من الفلورايد لحماية اللثة والأسنان .
- يقي الكبد ويعزز وظيفته ويساعد على در عصارة الكبد الصفراء .
- يزيل عسر الهضم .
- يخفض مستوى الكوليسترول في الدم .



عسل الكرانبري

CRANBERRY HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الكرانبري ، الآس

الاسم العلمي : VACINIUM OXYCOCCAS

الكرانبري نبات صغير من الفصيلة الخلنجية ، ثماره حمراء اللون ذات مذاق لاذع ، تنتشر زراعته شرق الولايات المتحدة وكندا والأرجنتين وتشيلي ودول البلطيق لون الأزهار وردي داكن أو قرمزي ، إنتاجيته تتغير من سنة إلى أخرى ، موسم التزهير من منتصف مارس إلى أوائل مايو.

يحتوي الكرانبري على عدد كبير من الفيتامينات والمعادن ويتمتع بشهرة علاجية واسعة وتوصلت دراسة إلى نتيجة توصي بأن الثمار تنشط الذاكرة والدورة الدموية ، وتعالج التهاب الحويصلات وتقي من تصلب الشرايين ، صديقة للقلب ، تؤثر في حمضية البول فتقي من تشكل حصى الكلى وتخفف من نوبات الربو .

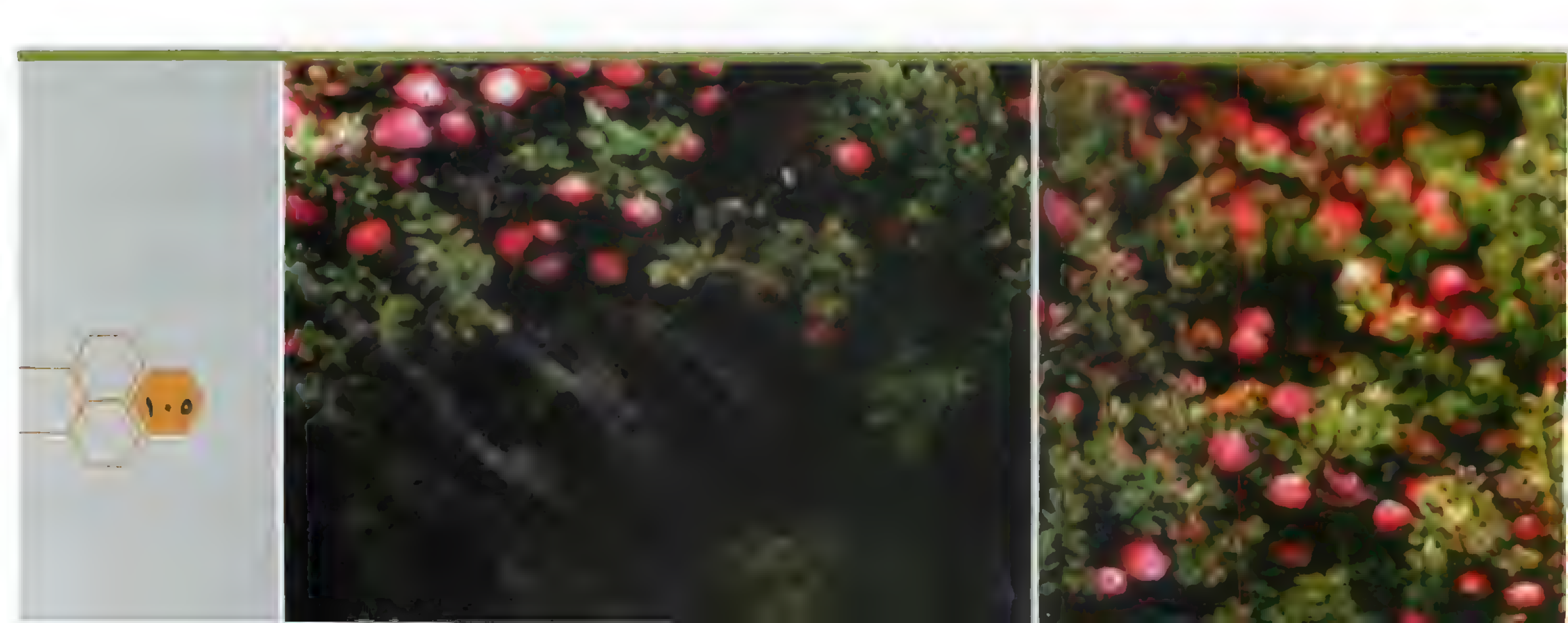


مواصفات العسل

يجنى العسل في نهاية الربيع أو أوائل الصيف ، لونه عنبري فاتح ، قوامه لزج كريمي ذو نكهة لاذعة سلسة وشذا رقيق يماثل شذا الزهرة قابل للتبلور بسرعة يجمع كل سنتين مرة يعتبر هذا العسل انعكاس حقيقي عن مصدره الزهري ، الدول المنتجة والمصدرة لهذا العسل الولايات المتحدة وكندا والأرجنتين .

الفوائد الصحية والعلاجية

- يحتوي على مركبات مضادة للسرطان .
- يحتوي مضادات أكسدة تمنع الإصابات البكتيرية في الجهاز البولي.
- يخفف خطر الإصابة بالسكتة القلبية .
- يساعد في منع تخثر الدم .
- يمنع تشكل جير الأسنان .
- يخفف خطر الإصابة بالذبحة الصدرية .



عسل أريكا

ERICA HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : أريكا ، شجرة الخلنج

الاسم العلمي : ERICA ARBOREA

الأريكا جنس من النباتات المزدهرة يضم ٨٦٠ فصيلة من عائلة الخلنجيات ، موطن ٦٠٠ فصيلة منها جنوب أفريقيا لا تنبت في غير مكان . وتتوزع بقية الفصائل على جزيرة مدغشقر وأوروبا ومنطقة حوض البحر المتوسط ، معظم الفصائل هي شجيرات صغيرة يتراوح ارتفاعها من ٢٠ إلى ١٥٠ سم . بعضها أشجار يتراوح ارتفاعها بين ٣ و ٧ أمتار، ومنها شجرة الخلنج ERICA ARBOREA وارتفاعها حوالي ٧ أمتار تحتاج هذه الأشجار والشجيرات إلى تربة حمضية.

تنمو أشجار الخلنج الدائمة الخضرة على المروج في منطقة البحر الأبيض المتوسط والبرتغال وجزر الكاناري ، كما يوجد منها في جبال الكاميرون وهضاب أثيوبيا يصنع منها خشب شجرة الخلنج غليون التدخين .

تزهر من مايو إلى يونيو أحيانًا تظهر الأزهار تحت إبط النبات وأحيانًا تظهر نورات في نهاية السويقات بمجاميع كبيرة من الأزهار الصغيرة البوقية الشكل ذات اللون الأبيض مع مسحة من اللون الرمادي والرائحة الذكية تحتاج شجرة الخلنج إلى التشذيب في سنواتها الأولى وثمة أنواع أخرى من الـ ERICA يجمع رحيق أزهارها لجني العسل .



وصف العسل :

تختص جزر البحر الأبيض المتوسط (سردينيا ، صقلية ، البا) وجزر الكاناري والمناطق الساحلية في أسبانيا وإيطاليا بإنتاج هذا العسل النادر والفائق الأهمية من الناحية الصحية .

يقطف عسل أريكا في الصيف ، لونه عنبري فاتح ، يشبه لون عسل البرتقال ، يكون سائلاً صافياً في بداية القطاف لكنه يتبلور إلى كتلة كريمية القوام متجانسة، مذاقه حلو مع مسحة حموضة ، ونكهته تبقى عالقة على اللسان لفترة من الوقت ، فقير بحبوب اللقاح ، نادرًا ما يباع خارج أوروبا الجنوبية .

الخواص الصحية والغذائية :

- مدر للبول ، وينقي جهاز البول من السموم ، ويعالج التهابات المثانة .
- يساعد في حالات فقر الدم .
- يساهم في منع تشكل الصفائح الدموية على الشرايين وانسداد الشريان التاجي والذبحة الصدرية .
- يساعد في التخفيف من أمراض القلب والأوعية الدموية .
- مضاد للروماتزم ويخفف من أوجاعه.



عسل الجرجير

ROCKET HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : جرجير ، روكا

الاسم العلمي : ERUCA SATIVA

الجرجير جنس من الحشائش الصالحة للأكل ، من الفصيلة الصليبية ، العائلة الخردلية ، موطنها حوض البحر المتوسط ، من المغرب والبرتغال إلى لبنان وتركيا ومصر نباتات حولية يتراوح ارتفاعها من ٢٠ إلى ١٠٠ سم ، تنمو حتى ارتفاع ٨٠٠ متر عن سطح البحر يزهر الجرجير في الربيع ومن يونيو إلى ديسمبر ، يبلغ قطر الزهرة ٢ إلى ٤ سم ، تعطي رائحة عطرة في الليل ، وفي النهار تكون حيادية . لون الأزهار أبيض على وردي أو أصفر.

زرع الجرجير في كافة المناطق المتوسطية منذ آلاف السنين وله استخدامات كثيرة في المطبخ وتؤكل نيئة كخضار ورقية غني جدًا بالبوتاسيوم والفيتامين C ، له مذاق لاذع ورائحة عطرية قوية .

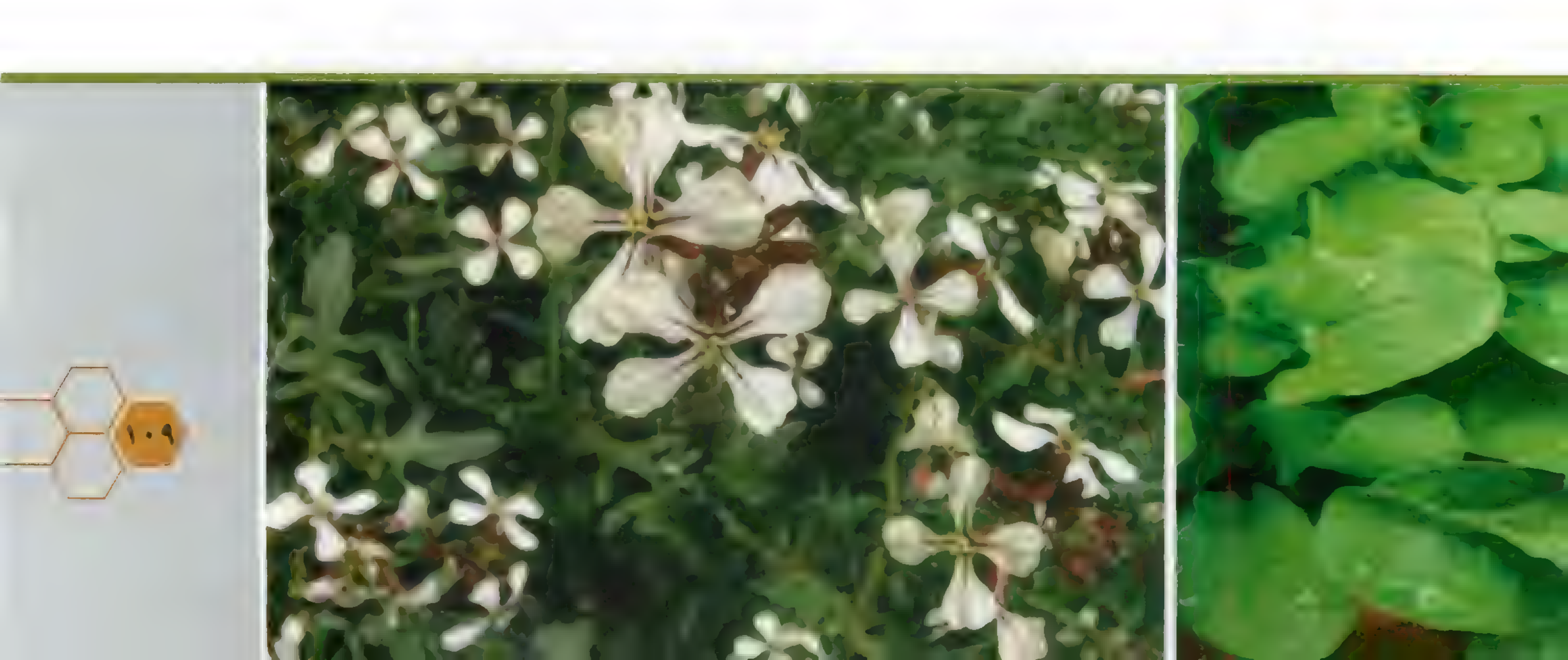


وصف العسل

إنتاج عسل الجرجير متقطع ، ويتركز الإنتاج على المنحدرات الجبلية في إيطاليا و اليونان اللون أصفر فاتح ، يتحول إلى أبيض عند التبلور قوام كثيف لزج يتبلور بسرعة رائحة خفيفة تماثل رائحة زهور الجرجير و زهور السلجم ، المذاق سلس نكهة خفيفة .

الخواص الصحية والعلاجية

- يزيد من إفراز الهرمونات.
- مقو جنسي .



عسل شوك القدس

THORN (MARRUCA) HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : شوك القدس ، ماروكا ، اكليل الشوك .

الاسم العلمي : PALIURUS SPINA - CHRISTI

شوك القدس شجيرات نفضية من الفصيلة النبقية , العائلة الوردية يتراوح ارتفاعها من ٣ الى ١٥ متر تنمو على ارتفاع من صفر إلى ٥٠٠ م عن سطح البحر موطنها البحر الأبيض المتوسط وتنتشر من أسبانيا والمغرب حتى طاجكستان , وأصبحت تنتشر حاليا في اليابان وتايوان تنمو على الأراضي المظللة والمعرضة للشمس . وتنبت في كافة أنواع التربة , الغضارية والرملية والكلسية ، حمضية أو معتدلة أو قلوية . أغصانها كثيرة الأشواك .

تظهر الأزهار من يوليو الى أغسطس (في أوروبا) ومن مايو إلى يوليو(في الشرق الأوسط) وهي أحادية الجنس (خنثى) يبلغ قطرها ٣ إلى ٦ سم , رائحتها عطرية خفيفة ولونها يبدأ أبيض ويتحول إلى أصفر من فوائدها العلاجية , مدرة للبول . مضادة للإسهال وقابضة للإنسجة .



وصف العسل

يأتي عسل شوك الجمل من مناطق توسكانا ولازيو في إيطاليا وكاتلونيا في أسبانيا يعتبر أحيانا من أنواع عسل الماكيز .

اللون عنبري ذهبي , قوام سائل ينزع إلى التبلور المتسارع رائحة عطرية معتدلة دون تحديد , مذاق خفيف بطعم الكارميل .

الخواص الصحية والعلاجية

- يساعد في تعديل حمضية الدم والبول وينظم درجتها .



عسل المرار

KNAPWEED HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : مرار ، قنطريون ، الدردرية ، معيدة ، قنطريون نجمي

الاسم العلمي : CENTAUREA

أهم الفصائل التي تنتج عسل :

(الإيطالي) C. SCABIOSA

(المرار الأصفر) C. CALCI TRAPA

(المرار الأزرق) C. SOLSTITIALIS

القنطريون فصيلة من النباتات المزهرة شبه الشوكية من جنس الدردية (يضم بين ٣٥٠ و ٦٠٠ فصيلة) العائلة النجمية المركبة (التي تضم ١٦٢٠ جنس وأكثر من ٣٢,٠٠٠ نوع نباتي ثنائي الحول (يعيش سنتين)) ، موطنها الأساسي أوروبا وتنتشر في كل أنحاء العالم ، توجد معظم الأجناس في النصف الشمالي من الكرة الأرضية ويعتبر الشرق الأوسط ومحيطه من المناطق الغنية بهذه الفصائل وعلى الأخص القنطريون العنبري (ندى العنبر) C.CYANA ، بأزهاره الزرقاء التي تحتوي على مواد مطهرة وقابضة ويستعمل منقوعها لتحسين الشهية والتخلص من الغازات ونفخة المعدة ولعلاج رمد العين ينتج عسل القنطريون أو المرار من عدة فصائل موطنها أوروبا وأميركا الشمالية ، تنمو هذه النباتات إلى ارتفاع ١٣٠ سم ، تحمل الساق رؤوس عدة من الأزهار قطر كل منها ١,٥ إلى ٢ سم .



تزهر معظم الأنواع من يوليو إلى سبتمبر . الأزهار غزيرة الرحيق ، متألقة باللون القرمزي أو الأرجواني أو الوردي أو الأزرق أو البنفسجي أو الأصفر.

تعرف فصائل القنطريون في جميع الأنحاء بأنها نباتات عشبية قوية غازية ، تهيمن على الأراضي وتطرد بقية المزروعات.

وصف العسل

تاريخًا ، بدأ جني هذا العسل في حوض البحر الأبيض المتوسط من المرار الأصفر الإيطالي C. SACBIOSA . ويعتبر عسل القنطريون (المرار الأزرق) من أفضل أنواع العسل التي تنتج في الولايات المتحدة ، لون عسل المرار ذهبي فاتح ، حلاوة مذاقه المميز غير شديدة ، رائحته خفيفة بشذا المروج . قوامه غير كثيف ولزج ، يتبلور ببطء ، يجنى هذا العسل في إيطاليا وأسبانيا والأرجنتين وغرب الولايات المتحدة (محصول كاليفورنيا في السنة ٢٥٠ طن ومحصول إيطاليا ٧٥ طن) .

كي تستمتع بمذاق هذا العسل يجب أن يؤخذ بمفرده من دون أن يضاف إلى أي مأكل آخر مثل الشاي والزبدة وخبز التوست وكافة أنواع المأكولات المطهية وأن لا يضاف اليه شيء آخر مثل الزنجبيل أو الفانيلا أو القرفة ويجب أن يؤكل بهدوء واسترخاء .

الخواص الصحية والعلاجية

- يعالج الجروح السطحية بفعالية كبيرة.
- يحسن الشهية ، ويعالج عسر الهضم .
- يساعد في علاج اليرقان .
- يعالج لسعة الحشرات .



عسل الليمون الحامض

LEMON HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : ليمون ، ليمون حامض

الاسم العلمي : CITRUS X LIMON

الليمون أشجار مثمرة متوسطة الحجم دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها بين ٤ و ٦ أمتار ، موطنها القارة الآسيوية ، موئلها الأصلي غير محدد تمامًا ويعتقد أن زراعته بدأت أولا في الهند وبورما .

ثمار الليمون عنصر أساسي ودائم في كل مطبخ حول العالم ، ويدخل في تركيب مستحضرات صحية وغذائية وتنظيفية وتجميلية عديدة .

يزهر الليمون في بداية الربيع (منتصف فبراير إلى منتصف أبريل) لون سطح الأزهار أبيض وداخلها أرجواني تفوح رائحتها العطرية إلى مسافات بعيدة في موسم التزهير.

يستعمل الليمون لأغراض طبية عديدة ، فهو يعزز المناعة ، مضاد للبكتيريا وخماج الأطعمة يمنع الحفر والاسقربوط والتهاب اللسان واللثة والمغص والنزلات البرد وغير ذلك ، تنتشر زراعة الليمون في كافة المناطق المعتدلة وله أهمية بالغة في بلدان البحر المتوسط.



وصف العسل :

عسل الليمون كعسل من مصدر زهري واحد نادر وذو صفات فريدة . رائحة عطرية قوية تماثل رائحة ثمرة الليمون ، مذاقه عطري خفيف مع شيء من الحموضة ، قوام سائل كريمي ، يتبلور مع الوقت إلى حبيبات ناعمة ، اللون أصفر فاتح يصبح أبيض عند التبلور ، يقطف في إيطاليا وأسبانيا وكاليفورنيا . غالبًا ما يكون رحيق زهرة الليمون جزءًا من رحيق أزهار الحمضيات الأخرى مثل البرتقال والماندرين ، ويباع كعسل حمضيات .

الخواص الصحية والعلاجية

- يضاف إلى شاي البابونج العشبي لعلاج النزلات الصدرية .
- مسكن ومطهر ، ومنعش.
- مضاد للبكتيريا .
- يقي الأسنان واللثة واللسان من الالتهابات (بدون المخاطرة بتضرر الأسنان من حمضية ثمرة الليمون أو عصيرها) .
- يعزز مناعة الجسم .
- يعالج المغص الناتج عن البرد.



عسل الترنجان

LEMON BALM HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : الترنجان ، الحبق الترنجاني ، حشيشة النحل ، المليسة ، الترنجان .

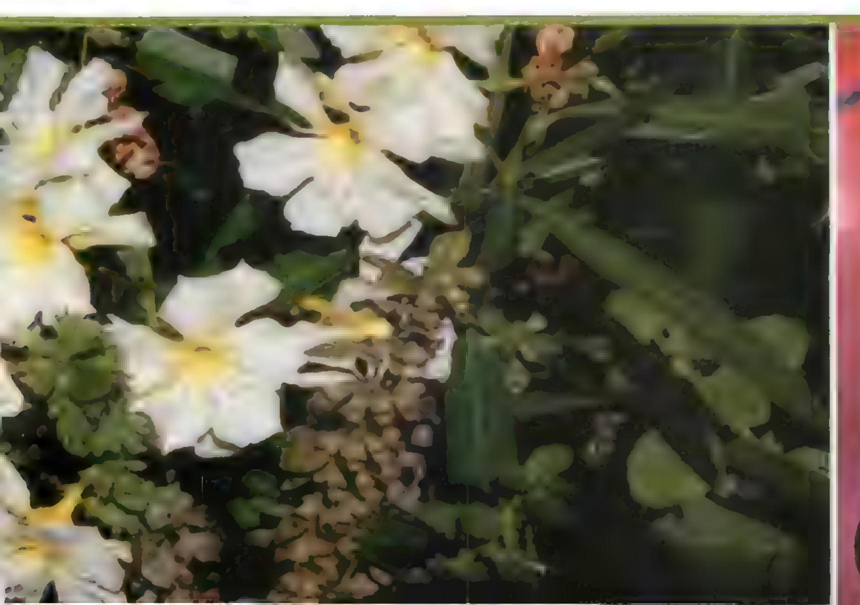
الاسم العلمي : MELISSA OFFICANILES

نبات عشبي ثنائي الحول من العائلة الشفوية موطنه أوروبا وحوض المتوسط . يتراوح ارتفاعه من ٧٠ إلى ١٥٠ سم . تظهر خلال الصيف أزهار بيضاء اللون صغيرة مليئة بالرحيق الذي يجذب النحل . ومن هنا جاء اسم المليسة MELISSA التي يعني باللغة اليونانية " نحل العسل" .

زراعة الترنجان سهلة ، يحتاج إلى تربة مروية جدًا وغطاء خفيف من الثلج في الشتاء لكي يعيش ، رغم أنها بحاجة إلى أشعة الشمس مباشرة ، يمكنها الاستمرار في المواضع المظللة نسبيًا .

يستخدم الترنجان كعشب مطبخي ، ومن فوائده الطبية ، يطرد الحشرات عن جسم الانسان ، يصنع من أوراقه شاي عشبي طبي مهدئ للأعصاب، يحسن أداء العقل. مستخلص الترنجان مضاد للأكسدة استثنائي يساعد في علاج " فرط الدرقية " .

يزهر الترنجان في الصيف ويدوم التزهير من ٤٥ إلى ٥٠ يومًا ، ويستمر دفق الرحيق طوال اليوم .





وصف العسل

عسل الترنجان ، عسل نادر جدًا رغم أن الهكتار الواحد يعطي ما بين ٢٥ و ٦٠ كيلو جرام عسل . لأن المزارعين يعمدون إلى نزع هذه العشبة حالما تظهر ، لون العسل أصفر فاتح أو أبيض قوامه كثيف كريمي ، سريع التبلور ، مذاقه حلو مع شيء من الحدة . رائحته عطرية خفيفة تشبه رائحة الليمون ، لهذا العسل مريدون يسعون للحصول عليه بشدة .

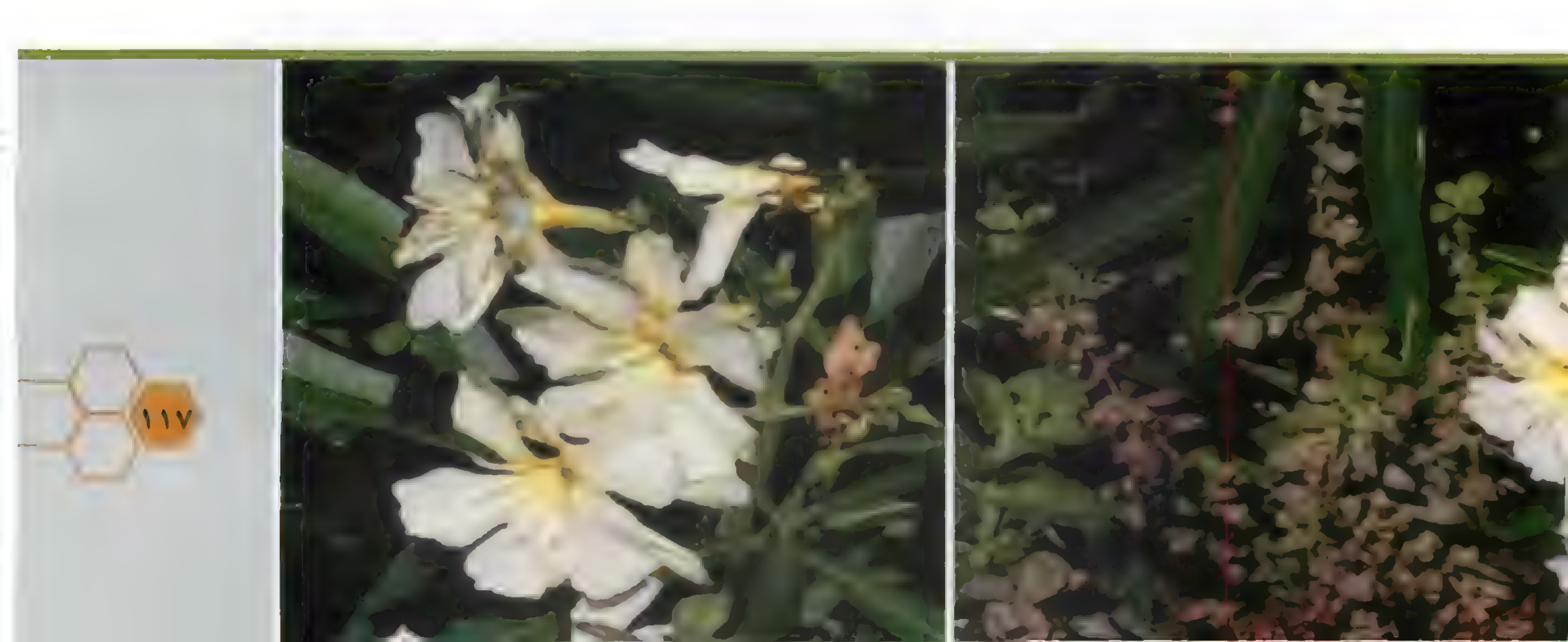
يكتفي النحل بأخذ رحيق الأزهار فقط لأن حبوب اللقاح كبيرة جدًا ، ينتج في مناطق متفرقة من أوروبا خاصة إيطاليا وأسبانيا وفرنسا .

الخواص الصحية والعلاجية

- يعزز الشهية ويطرد الغازات.
- يزيل الأرق والضعف العام .
- يساعد في تهدئة الاكتئاب والتوتر النفسي.
- يساهم في تخفيض ضغط الدم العالي ، لأنه يوسع الأوعية الدموية .
- ينشط الحيوية الجنسية .
- مضاد خفيف للفيروسات.

ملاحظة :

توجد في بعض الأسواق الأوروبية والأمريكية منتجات يطلق عليها (عسل الترنجان)، لكنها ليست عسلاً طبيعياً ١٠٠٪ . كل ما يجمعها مع الترنجان ، هو مستخلصه المضاف إلى نوع ما من الأعسال ، في الغالب يكون عسل البرتقال.



عسل الليتشة

LYCHEE HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : الليتشة أو الليش أو اليتشو

الاسم العلمي : LITCHI CHINENSIS

الليتشة جنس من الأشجار المثمرة من عائلة الصابونيات تشكل مع رامبوتان واللونجن عائلة واحدة ، تنمو في المناطق الإستوائية وشبه الإستوائية . موطنها الصين وتزرع في الكثير من مناطق العالم.

الليتشة أشجار دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها من ١٠ إلى ٢٠ متراً ، تنتشر زراعتها في الصين وتايلندا وجنوب فيتنام ومقاطعة بيهار الهندية (تنتج ٧٥٪ من كامل إنتاج الهند) وجنوب أفريقيا والولايات المتحدة تنمو الأزهار عند نهاية السويقات ، وتتميز السويقات الجديدة بكثرة الأغصان التي تنمو في مجموعات عددها عشرة وما فوق يحمل كل منها مئات الأزهار الصغيرة ذات اللون الأبيض أو الأصفر أو الأخضر والرائحة العطرية المميزة تزهر الليتشة في شهور الشتاء الباردة (نوفمبر إلى فبراير) تجود الأشجار على الأراضي المروية جيداً والتربة الحمضية الغنية بالمركبات العضوية لا تتحمل البرد الشديد (أقل من - ٤ درجات مئوية) .

يحتوي كل ١٠٠غ من الثمار ٣ ملجم من الفيتامين c وهذا يعني أن ٧ ثمار تكفي لتوفير حاجة الإنسان البالغ اليومية من الفيتامين.



وصف العسل

يجنى عسل الليتشة بصورة رئيسة في الهند وتايلاند والصين وأندونيسيا وولاية فلوريدا الأميركية ، هو عسل صيفي لونه عنبري فاتح ، مذاقه فريد حلو / حامض رائحته عطرية تشبه رائحة الحمضيات وثمار الليتشة مصدر غني جدًا للفيتامين c والبوتاسيوم قوام سائل يتبلور ببطء وقليل اللزوجة.

الخواص الصحية والعلاجية

- لأنه غني بالفيتامين C يقوي جهاز المناعة ويعزز الحيوية والنشاط.
- ينظم درجة حمضية الدم ، مقياس الـ (PH).
- يخفف السعال.
- يساعد في علاج تضخم الغدد.
- يخفف الألم الناتج عن القرحة المعدية عند تناول الطعام ويساعد في علاج التهابات القناة الهضمية.



عسل اللونجان

LONGAN HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : لونجان ، عين القط ، عيون التنين ، لوجيان

الاسم العلمي : DIMOCARPOS LONGAN

اللونجان فصيلة من الأشجار المثمرة الإستوائية وشبه الإستوائية دائمة الخضرة من رتبة الصابونيات ، العائلة الصابونية التي تضم ١٥٠ جنس و ١٤٠٠ فصيلة ، يتراوح ارتفاع الشجرة بين ١٥ و ٢٠ متر وأحيانًا يصل إلى ٦٧ متر، تنمو على التربة الرملية في المناطق التي لا تنزل درجة الحرارة فيها، تحت ٤ أو٥ درجات مئوية لأنها حساسة جدًا للصقيع ، أصل أشجار لونجان الصين وتنتشر زراعتها على نطاق واسع في كل دول جنوب شرق آسيا و الصين و تايلندا و تايوان و فيتنام و ماليزيا و الفلبين وتنتشر في أستراليا ايضًا .

نقلت هذه الأشجار إلى الولايات المتحدة ودول أميركية أخرى لكن ثمارها لم تلاقِ رواجًا ، ولم تكتسب زراعتها أي شعبية . أزهار اللونجان صغيرة لونها أبيض كريمي أو بيج فاتح .

مواقيت التزهير:

تايلاندا - آخر ديسمبر إلى فبراير

الصين - آخر فبراير إلى أول أبريل

تايوان - فبراير إلى أبريل



إستراليا شمال - أغسطس إلى أكتوبر

إستراليا جنوب - أكتوبر و نوفمبر

وصف العسل

تتقدم الصين وتايلندا باقي الدول في إنتاج هذا العسل لونه عنبري داكن ، مذاقه دسم ، قوامه لزج ، يتبلور ببطء ، رائحته عطرية قوية ، ويقال إنها الأقوى بين روائح الأعسال الأخرى ، محتواه من البروتين عال ، أنتج منه عام ٢٠٠٧ حوالي ١٨ ألف طن.

الخواص الصحية والعلاجية

- يستعمل في الطب التقليدي كباعث للحرارة الحيوية في الجسم .
- ينشط وظيفة الطحال.
- يعزز الملكات العقلية ويعالج عدم التركيز .
- يجدد خلايا الدم .
- يعالج الأرق والاكتئاب .
- ينظم درجة الحمضية (PH) في الجسم.
- يقوي جهاز المناعة ويساعد على الهضم ويعالج السعال ويطرد البلغم .
- يحسن وظيفة التمثيل الغذائي.
- ينقي الجلد ويحسن المظهر العام الصحي.



عسل المانجو

MANGO HONEY

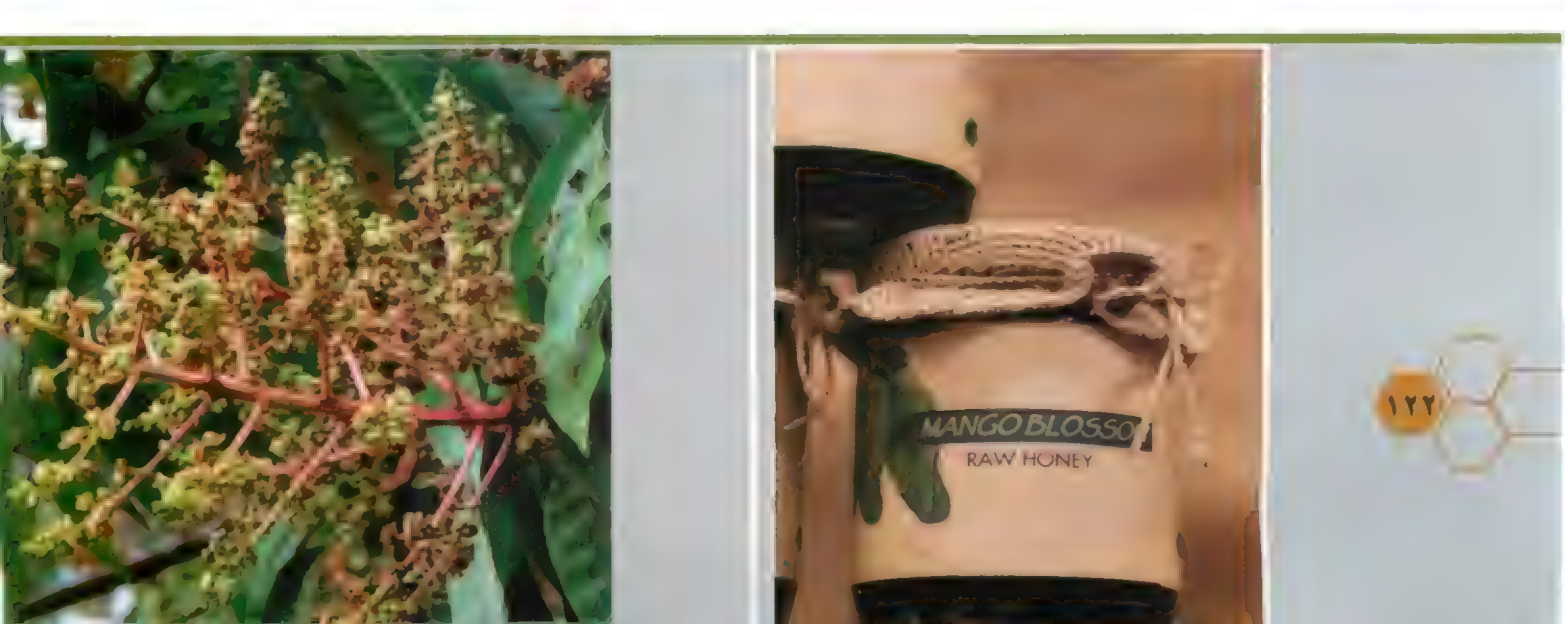
وصف النبات

الاسم الشائع : مانجو ، مانغا

الاسم العلمي : MANGIFERA INDICA

المانجو أشجار مثمرة موطنها الأصلي شبه القارة الهندية تنتمي إلى جنس الماغنيفرا الذي يضم فصائل من العائلة البطمية وتشترك في العديد من الصفات مع فصائل الليتشة واللونجان والكاجو.

تنمو أشجار المانجو إلى ارتفاع يتراوح ما بين ٣٥ و ٤٠ مترًا ، وهي أشجار دائمة الخضرة معمرة قد تحمل الثمار حتى عمر الـ ٣٠٠ سنة تضرب جذورها عميقًا (حتى ٦ متر) وتنتشر في كافة الاتجاهات تنمو الأزهار على نهاية السويقات بطول ١٠ إلى ٤٠ سم وهي أزهار صغيرة وحيدة الجنس بيضاء اللون مع رائحة عطرية خفيفة لون الأزهار أحمر على أصفر وتظهر من فبراير إلى مارس الثمار غنية بالألياف الغذائية ، ومحفزات البكتيريا النافعة في الأمعاء والفيتامين C والبيتاكاروتين والفيتامين B6 والفيتامين K يبلغ المحصول العالمي حوالي ٣٤ مليون طن ، منها ٢٠ مليون طن تنتجها الهند والصين والمكسيك.



وصف العسل

يمكن القول أن الهند تحتكر إنتاج هذا النوع من العسل ، لونه عنبري داكن ، تعتبر نكهته تجربة مثيرة للذواقة ، رائحته خليط من رائحة الكاراميل المحروق والزبدة وأزهار الكرز، قوامه سائل بطيء التبلور . تعود قلة توافر هذا العسل بكميات كبيرة رغم العدد الكبير من الأزهار التي تحمله كل شجرة ، إلى أن عدد محدود من الأزهار يحمل الرحيق.

الخواص العلاجية والطبية

لا توجد معلومات مفصلة حول خواص عسل المانجو لكن غناه بالبيتاكاروتين (مضاد الأكسدة القوي) والألياف الغذائية ومحفزات البكتيريا تجعله غذاء ضرورياً للصحة العامة وحسن الهضم والتمثيل الغذائي.



عسل المانوكا
MANUKA HONEY

الوصف النباتي

الأسماء الشائعة : مانوكا ، شجرة الشاي

الاسم العلمي : LEPTOSPERMUM SCOPARIUM

المانوكا ، شجيرة صغيرة موطنها نيوزيلاندا وجنوب شرقي أستراليا ، وزراعته شائعة على السواحل الشرقية الجافة . يستعمل اسم المانوكا MANUKA في نيوزيلاندا واسم شجرة الشاي TEA TREE في أستراليا . يصل ارتفاعها من ٢ إلى ٥ أمتار ، لون الأزهار أبيض أو وردي يتراوح قطرها مابين ٨ إلى ١٥ سم (نادرًا حتى ٢٥ سم) ، تتفتح الزهور من نوفمبر إلى يناير ، ولا يدوم التزهير أكثر من ٦ أسابيع .

لمنتجات المانكو فعالية قوية مضادة للبكتيريا ، واستخدمها السكان الأصليون (الماوري) كعلاج طبيعي ، يستخرج من شجرة الشاي (المانوكا) زيت أساسي يعتبر الأهم في مجموعة العلاج بالزيوت العطرية .

مواصفات العسل

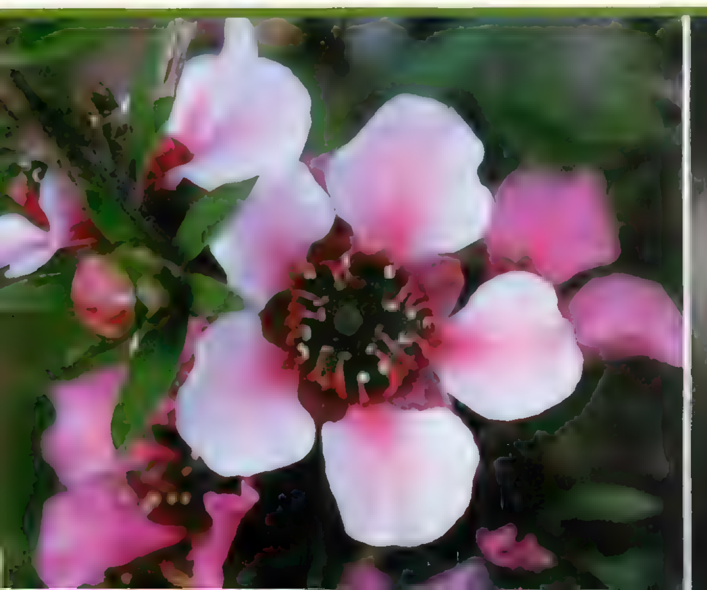
يجنى عسل المانوكا في منتصف الشتاء (منتصف الصيف في القسم الجنوبي من الأرض) وهو داكن اللون ذا نكهة مميزة ومذاقه أغنى وأقوى من مذاق عسل النفل. لونه عنبري كهرماني ، سميك القوام لزج ، يتبلور بسرعة ويدوم مذاقه على اللسان متحولا إلى نكهة الكراميل الشديدة، وتتفاوت قوة المذاق بين قطفات العسل المختلفة بسبب اختلاف مكان المصدر هو عسل محبب مذهل يشعر الشخص بالبرودة بعد تناوله يعتبر بعض الناس أن عسل المانوكا عسل طبي وليس غذائياً لأنه فعال في علاج التهابات الحلق ونزلات البرد وعسر الهضم .

الخواص الغذائية والعلاجية

يقال إن خواص المانوكا العلاجية تفوق خواص جميع أنواع العسل الأخرى .

عسل المانوكا غذاء خارق صحي وغذاء طبي هائل .

وجد أن عسل المانوكا (خلافاً لأنواع العسل الأخرى) يحتوي على بيروكسايد







الأوكسجين OXYGEN PEROXIDE وهو المركب المضاد للبكتيريا ، أطلق عليه الباحثون اسم " عامل مانوكا الفريد " UNIQUE MANUKA FACTOR أو UMF . كما وجد أن ليس كل أنواع عسل المانوكا تحتوي الـ UMF . وبسبب ذلك ليست كل مستويات الـ UMF لها الفعالية ذاتها ، ونتيجة لذلك وضع الباحثون مستوى الـ UMF مقياس لفعالية العسل في محاربة البكتيريا . ولهذا نجد في الأسواق عسل مانوكا ١٠٠ UMF أو ١٥٠ UMF والعسل الثاني فعال أكثر.

كشف الباحث الألماني توماس هنلي من جامعة دريسون وجود المركب الفعال ميثل غلايوكسال METHYL GLYGOXAL في عسل المانوكا وعلى هذا الأساس وضع مقياس "MGO"، وعلى سبيل المثال عسل مانوكا " MGO ١٠٠" يعني أن كل كيلو جرام من هذا العسل يحتوي على ١٠٠ جرام من الميثل غلايوكسال . تستعمل المستويات العالية من MGO في عسل المانوكا في مروحة واسعة من التطبيقات الطبية ، من الأمراض الداخلية مثل قرحة المعدة والتهابات الفم إلى الاستعمال الخارجي مثل آفات الجلد والتهاب الجروح ، وهكذا كلما كان مستوى الميثل غلايوكسال أعلى كانت قدرة العسل المضادة للبكتيريا أكبر.

عسل MGO موجود في نيوزيلاندا فقط ، وتختلف كل قطفة عن القطفات الأخرى ، ولذلك تخضع جميع القطفات لتحديد مستوى عاملي MGO , UMF في كل واحدة منها ، يجب أن يحمل ملصق عبوات العسل عبارة " عسل مانوكا نشيط بـ الـ UMF , MGO - MANUKA HONEY MGO (UMF)

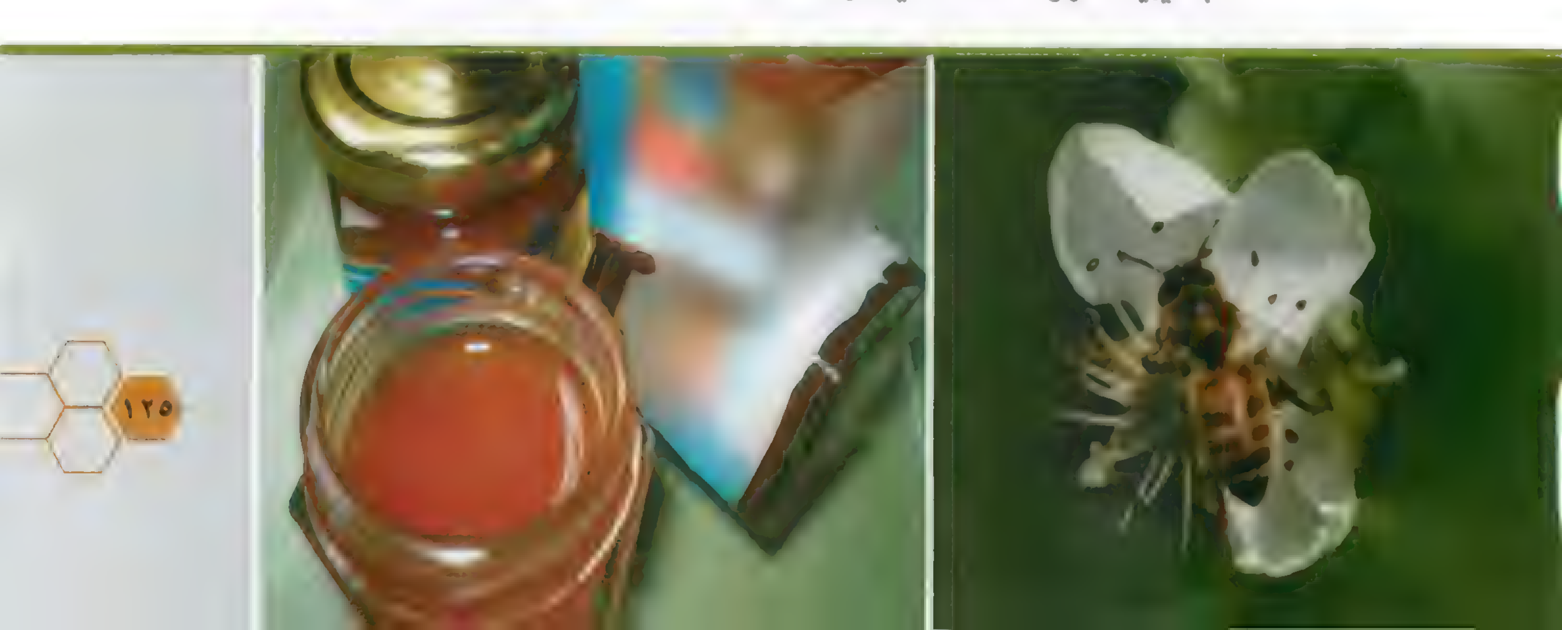
لعسل المانوكا النشيط MGO تأثير فعال في علاج الأمراض والاضطرابات التالية:

- الداخلية : التهابات الحلق والفم ، التهاب اللثة ، قرحة المعدة ، ارتجاع الأحماض، الأوجاع والآلام ، حرق البطن ، الإسهال ، الإمساك.

- الخارجية : لسعة الحشرات ، الأكزيما ، التهابات الجلد ، القوباء ، حب الشباب، الطفح الحراري ، الجروح المزمنة ، الصدفية ، الإصابات الفطرية (كانديدا) ، ندوب العمليات الجراحية ، الحروق ، فطريات الأظافر ، قروح الجلد.

- يعمل على تعزيز المناعة الذاتية .

- عسل المانوكا ، مضاد للالتهاب ، مضاد للأكسدة ، مضاد للفطريات ، مضاد للبكتيريا مطهر ، مضاد للفيروس.



عسل القبقب

MAPLE HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : القبقب , القبقب السكري , القبقب الامريكي

الاسم العلمي : ACER SACCHARUM

القبقب جنس نباتي من الفصيلة القبقبية يضم ١٢٩ نوع من الأشجار والشجيرات النفضية , موطن أكثرها آسيا , مع وجود البعض في افريقيا وهي منتشره في كافة انحاء العالم , تنمو اشجار القبقب قي المناطق الشمالية لأوروبا وأمريكا , من أنواعها القبقب الفضي السريع النمو , والنرويجي الأوروبي والياباني الصغير الذي يستعمل كأشجار زينة منزلية والقبقب الأمريكي السكري الذي يستخرج من سوقه شراب القبقب MAPLE SYRUP المعروف .

يبلغ ارتفاع معظم أنواع شجر القبقب مابين ١٠ و ٤٥ مترا , وتكون البقية شجيرات يكون ارتفاعها أقل من ١٠ امتار أنواع القبقب التي تنمو في بلدان حوض البحر المتوسط تكون دائمة الخضرة تزهر أشجار القبقب في أواخر الشتاء أو باكر الربيع وتكون الأزهار محموله على سوق وأغصان باختلاف أنواع القبقب يختلف لون الأزهار فتكون صفراء أو حمراء أو خضراء أو برتقالي وقد اتخذت كندا ورقة القبقب الامريكي شعار رسمي للدولة .

ازهار القبقب السكري مصدر الرحيق وحبوب اللقاح ولأنها المصدر الرئيس



لحبوب اللقاح في باكر الربيع , وتزهر قبل العديد من النباتات الاخرى . يعتبر القبقب عامل حاسم في بقاء نحل العسل على قيد الحياة وهو الذي يلعب دورا اقتصاديا هاما في الأيام اللاحقة من فصلي الربيع والصيف .

يستعمل خشب القبقب لصناعة الآلات الموسيقية مثل العود والكمان والغيتار والفيولونسيل (كمنجة كبيرة) وغيرها.

وصف العسل

تعتبر كندا المنتج الأول لعسل القبقب . لونه عنبري داكن جدا (ليس بدرجة عسل الحنطة السوداء) قوامه كثيف ولزوجته قليلة . مذاقه قوي بنكهة الكراميل والفانيلا , تتحول الى نكهة الليمون الافندي الخفيفة على اللسان وتبقى عالقة في الفم , رائحته عطرية قوية . إجمالا, يعتبر عسل القبقب عسل رائع ومذاقه من أفضل مذاقات العسل في العالم . ولكن وجوده يندر في الأسواق .

الخواص الصحية والعلاجية

- غني جدا بمضادات الاكسدة .
- يستعمل كمسهل.
- قابض للانسجة.
- يستعمل للتداوي من أمراض الصدر .
- يعمل على تسريع المخاض .



عسل بوهوتوكاوا

POHUTUKAWA

وصف النبات

الأسماء الشائعة : بوهوتوكاوا ، شجرة الميلاد النيوزيلاندية

الاسم العلمي : METROSIDEROS EXCELSA

بوهوتوكاوا أشجار شاطئية من الفصيلة الآسية . وهي إحدى ثمانية فصائل من جنس METROSIDEROS لا توجد في غير نيوزيلاندا ، تنمو حتى ارتفاع ٢٥ متراً وتنتشر رؤوسها على شكل قبة ، نطاقها الطبيعي المناطق الساحلية في الجزيرة الشمالية من نيوزيلاندا ، تشتهر بنموها على المنحدرات الصخرية غير المستقرة وتعيش وكأنها معلقة على الصخور . لهذه الأشجار مهابة معنوية عند سكان نيوزيلاندا ، وتعتبر رمزًا لفصل الصيف في هذه البلاد ، لأن الأزهار الأرجوانية الوافرة تكسو الأشجار وتعطيها منظرًا رائعًا وتقول القصص الشعبية أن فصل الصيف سيكون طويلاً إذا ازهرت البوهوتوكاوا مبكرًا ، ويغطي النحل الأزهار أثناء موسمها لجمع الرحيق ، يصل موسم الأزهار (نوفمبر إلى يونيو) أوجه في شهر ديسمبر (أول الصيف في نيوزيلاندا) الذي يتوافق مع الاحتفال بعيد الميلاد ولهذا اعطي لها اسم " شجرة الميلاد" ، تزهير بوهوتوكاوا غريب الأطوار جداً ، ويشكل جمع عسل بوهوتوكاوا تحديًا كبيراً مما يجعل محصوله نادر.



وصف العسل :

يعتبر عسل بوهوتاكاوا من أندر أنواع العسل في العالم . ويسعى إليه محبي العسل لمذاقه الرفيع الذي يماثل مذاق حلوى الزبدة بالسكر واللوز ، لونه ذهبي فاتح أو أصفر ، رائحته عطرية بشذا الزهور وقوامه كريمي متجانس يتبلور بعد فترة قصيرة . عسل البوهوتوكاوا ، عسل متوازن الصفات ويستعمل كثيراً في الطهي لأنه يحلي دون أن يطغى على نكهة الطعام.

لأن رحيق هذا العسل يجمع من الأشجار القريبة من الشاطئ يشوب مذاقه شيء بسيط من الملوحة .

الخواص الصحية والعلاجية :

- مقو ممتاز للمناعة الذاتية.
- يعزز النشاط والحيوية .
- يملك بعض خواص عسل المانوكا العلاجية



عسل اليقطين

PUMPKIN HONEY

صفات النبات

الأسماء الشائعة : يقطين ، قرع

الاسم العلمي : CUCURBITA PEPO

عريشة اليقطين جنس من الفصيلة القرعية التي تضم أيضًا الكوسا والخيارٍ والقرع الصيفي ، مهد اليقطين الأصلي غير محدد تمامًا ، ويعتقد أنه ظهر أولاً في المكسيك . يزرع اليقطين في جميع أنحاء العالم لأغراض متعددة منها الطهي ، طعام الحيوانات ، الزينة ، إنتاج العسل تحتاج زراعة اليقطين إلى ماء كثير وحرارة لا ترتفع أكثر من ١٥ درجة مئوية. بغرض التلقيح ينصح بوضع خلية نحل واحدة لكل ٤٠٠٠ متر مربع من الأرض المزروعة لليقطين خواص صحة وغذائية ، فهو ينشط الكبد ويقي من اليرقان ، يلين المعدة ويهدئ الأعصاب ، يفيد في علاج غدة البروستاتا ، وتناول بذوره النيئة يقضي على الدودة الوحيدة في الأمعاء .

يزهر اليقطين من منتصف إلى أواخر فصل الصيف ، الأزهار وحيدة الجنس وتحمل النبتة الواحدة زهور مذكرة وزهور مؤنثة .

ويعمل النحل على جمع حبوب اللقاح من الزهرة المذكرة ويضعها داخل

الزهرة المؤنثة .



لون الأزهار أصفر ذهبي وقطرها ١٠ إلى ١٢ سم ولا تتعدى حياة الزهرة الواحدة ٢٤ ساعة ولا تتفتح إلا لوقت قصير من اليوم ، يتفاوت حجم الثمار ما بين الصغيرة (وزن ٢ إلى ٥ كلج) والمتوسطة (وزن ١٠ إلى ٥٠ كلج) والعملاقة (وزن ٥٠٠ كلج) يتراوح لونها ما بين البرتقالي والعنبري والأصفر الداكن أو الفاتح ، تتقدم الولايات المتحدة والمكسيك والصين والهند دول العالم في محصول اليقطين وتتقدم الولايات المتحدة العالم في إنتاج عسل اليقطين .

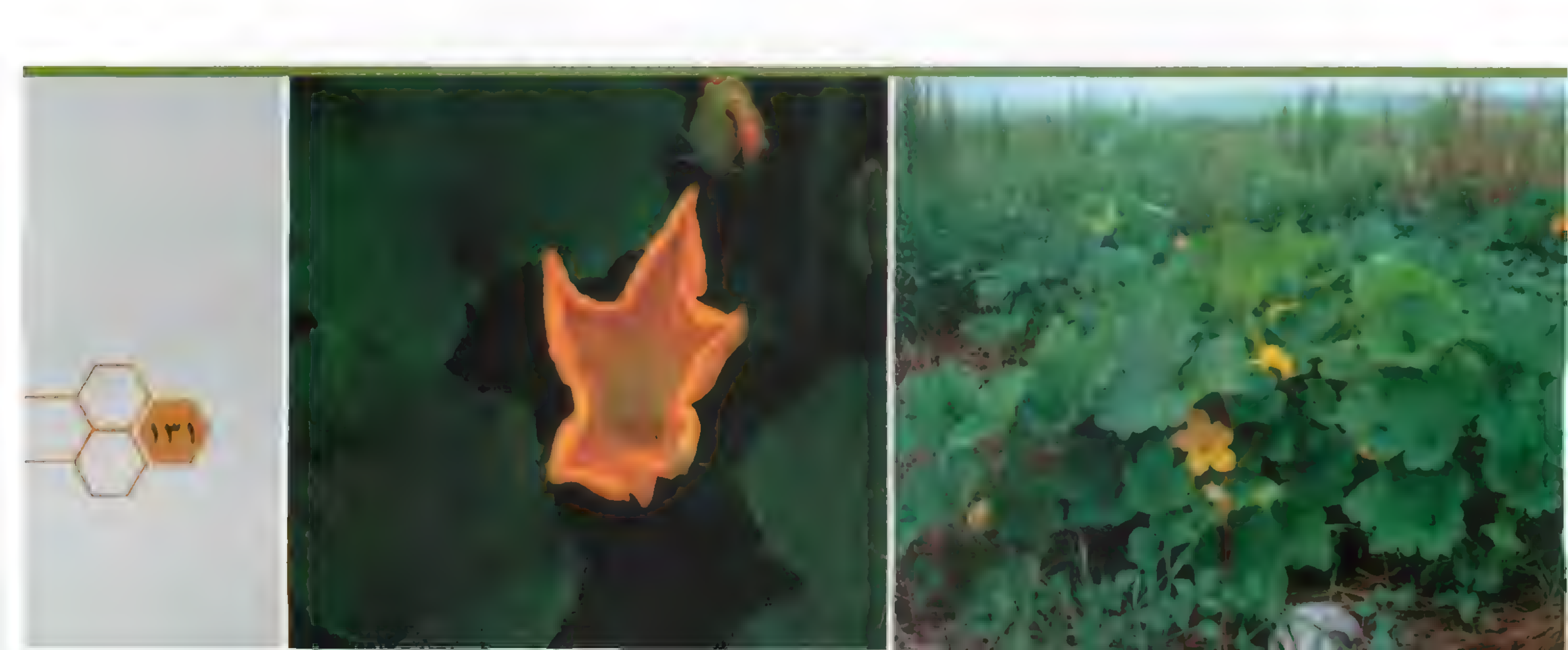
وصف العسل

يجنى عسل اليقطين مرة واحدة في السنة ، أوائل الخريف ، يتفاوت لونه بين العنبري الداكن والأصفر الذهبي ، رائحته خفيفة محببة بشذا الزهور ، مذاقه حلو لاذع ، قوامه سميك ولزج يتبلور بسرعة ، خالٍ تمامًا من الغلوتين يعتبر عسل اليقطين من الأنواع النادرة و عرضه في الأسواق محدود ، لأن موسم التزهير قصير جدًا تنتج الولايات الشمال غربية الأميركية المحاذية للمحيط الباسيفكي ٥٨٪ من إنتاج هذا العسل في العالم .

الخواص الصحية والعلاجية

يصنع من عسل اليقطين (ماسك وجه) فعال في علاج الكلف ولطخات الوجه .

- صديق للبنكرياس ، يقي خلايا الأنسولين من الاضرار.
- مطهر للجروح .



عسل رامبوتان

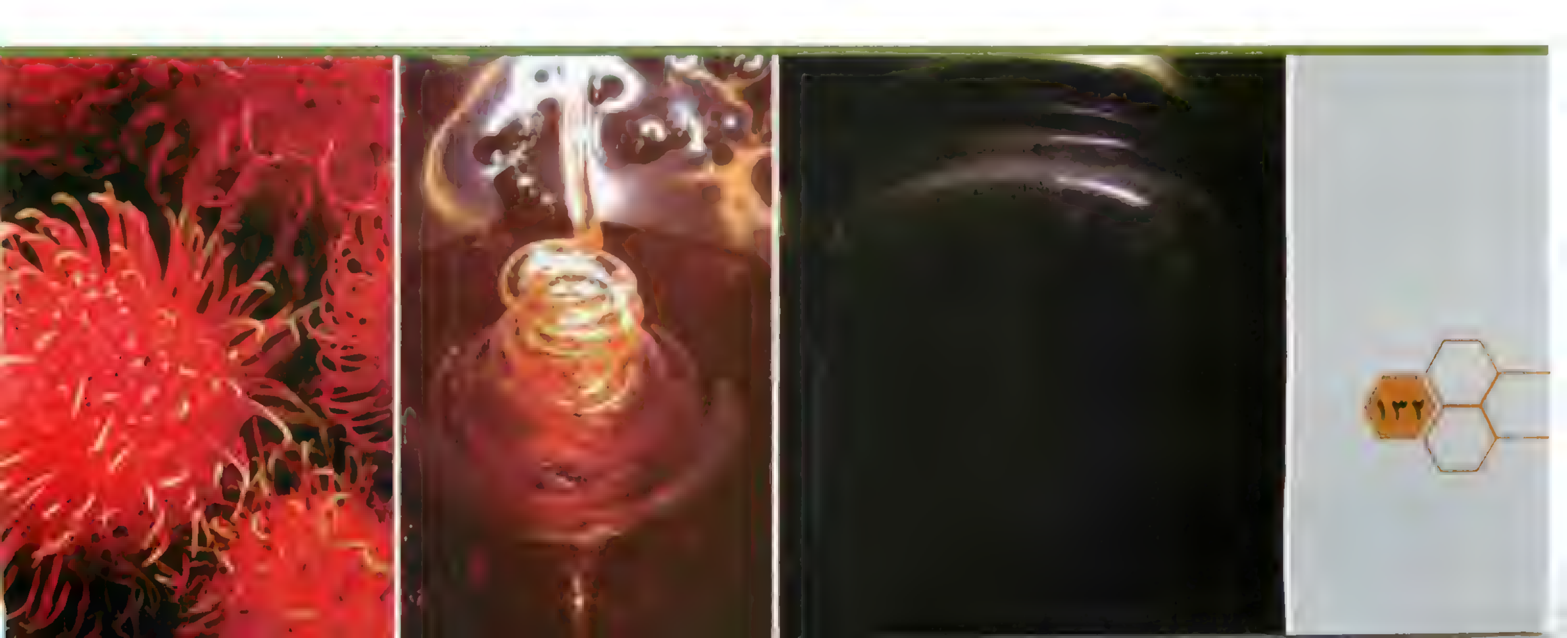
RAMBUTAN HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : رامبوتان

الاسم العلمي : NEPHELIUM LAPPA CEUM

الرامبوتان أشجار أستوائية مثمرة من رتبة الصابونيات ، العائلة السنابية ، متوسطة الحجم ، يظن أنها انطلقت في الأصل من أرخبيل الملايو واستوطنت ماليزيا ، أندونيسيا ، الفلبين ، سيريلنكا وغيرها من دول جنوب آسيا ، كما تنتشر زراعتها في بعض الدول الأميركية وأفريقيا والهند وأميركا الوسطى وأستراليا وهاواي الرامبوتان أشجار دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها بين ١٢ و ٢٠ متراً الأزهار صغيرة بقطر ٢,٥ إلى ٥ ملم وهي منفصلة الجنس ، شجرة تحمل الأزهار المذكرة فقط وهي لا تحمل ثمار وشجرة تحمل الأزهار المؤنثة ، مع بعض الأزهار المذكرة شجرة الرامبوتان تحمل الثمار مرتين في السنة ، مرة في آخر الخريف وأول الشتاء ومرة في آخر الربيع وأول الصيف وهو الموسم الأقصر بين الاثنين . تحمل النورات المذكرة حوالي ٣٠٠٠ زهرة لونها أبيض مع مسحة أخضر وتحمل النوارت الخنثى ٥٠٠ زهرة لونها أصفر مع مسحة أخضر. تدوم فترة تلقيح الزهرة يومًا واحدًا . تزهر أشجار الرامبوتان من مارس حتى يوليو ومرة ثانية بين يوليو ونوفمبر . ويختلف طول الموسم من منطقة إلى أخرى .



وصف العسل

يتفاوت لون عسل رامبوتان تبعًا لموسم التزهير بين العنبري الفاتح والعنبري الداكن، مذاقه سلس بنكهة البرتقال ورائحته عطرية نافذة بشذا فاكهة الرامبوتان الطازجة ، كما يتفاوت لونه بتفاوت قوامه عسل اللون الفاتح قوام كثيف التركيز يتبلور بسرعة وعسل اللون الداكن سائل بطيء التبلور.

تتميز جزيرة جاوا الأندونيسية بإنتاج عسل رامبوتان فاخر كما تنتجه تايلاند ، ماليزيا ، بورسا ، الصين ، والفلبين وفيتنام .

الخواص الصحية والعلاجية

- فعال في تخفيض ضغط الدم العالي.
- يعالج الاسهال والدوسنتاريا .
- أوحت بعض الأبحاث على احتمال امتلاكه خاصية تعمل على تخفيض توالد الخلايا السرطانية .



عسل الندغ

SAVORY HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : الندغ الجبلي ، زعتر بري ، الندغ البستاني .

الأسماء العلمية : الندغ البستاني الصيفي SATUREJA HORETENSE

الندغ الجبلي الشتوي SATUREJA MONTANA

الندغ جنس من النباتات العشبية المزهرة من الفصيلة الشفوية التي تضم حوالي ٥٠ نوعًا أشهرها الندغ البستاني والندغ الجبلي. كلا النوعين يماثل الآخر في الاستخدامات والرائحة مع فرق واحد ، البستاني نبات حولي والجبلي ثنائي الحول ويعتقد أن في أوراقه شيء من المرارة ، يصل ارتفاع الندغ الصيفي بين ٣٠ و ٦٠ سم ، وتتوافر أوراق الندغ المجففة طوال السنة في محلات البقالة خاصة في أوروبا حيث يتمتع بشعبية كبيرة كتابل شهي لمختلف الأطعمة . كان يطلق عليه قديمًا اسم الزعتر البري في فرنسا و إيطاليا ويستخدم لهذه الأغراض أكثر من الندغ الجبلي .

يصل ارتفاع الندغ الجبلي إلى ٢٣٠ سم وموطنه المناطق الدافئة من جنوب أوروبا والجزائر ولكن يندر وجوده في فرنسا ، يحتاج إلى ٦ ساعات من الشمس يوميًا ولكن ينمو في تربة فقيرة قاسية وصخرية ومروية جيدًا ، كان يحظى بذات شعبية الندغ البستاني في المطبخ ولكن استعمالاته خفت لصالح الآخر ، يستخرج



منه زيت أساسي يستعمل في العلاجات الطبيعية وهو مطهر ومقشع وطارد للغازات .

يزهر الندغ البستاني في منتصف يوليو ، لون الأزهار أبيض على وردي ويزهر الندغ الجبلي في مايو ويونيو ، الأزهار بيضاء على ليلكي فاتح ، بوقية الشكل ، قطرها ٨ إلى ١٠ ملم ، غزيرة الرحيق.

وصف العسل

يعتبر عسل الندغ من أنواع العسل الفاخرة ، لون عنبري فاتح إلى أبيض كريمي ، القوام سائل صاف ، يتبلور في وقت قصير (شهر أو شهرين) ، حبيبات صغيرة وقوام كريمي المذاق رقيق يعلق على اللسان ، رائحة عطرية خفيفة تشبه رائحة الأراضي الزراعية الندية ، ينتج هذا العسل بصورة شبه حصرية في إيطاليا .

الندغ الجبلي هو المصدر الزهري الرئيس لهذا العسل .

الخواص الصحية والعلاجية

- مقو عام.
- يخفف أوجاع المفاصل الناتجة عن الروماتيزم .
- طارد للغازات ، يساعد الهضم ويعالج المغص والنفخة ويمنع الإسهال.
- مقشع للرئتين والرئة .
- مثير للشهوة الجنسية .



عسل الخيار الشائك

SICYOS HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : الخيار الشائك

الاسم العلمي : SICYOS ANQULATUS L

الخيار الشائك نبات متسلق حولي (يموت تمامًا في الشهور الباردة من الفصيلة القرعية) يصل حتى ارتفاع ٦ أمتار . موطنه الأصلي الولايات المتحدة وينتشر اليوم في كندا والمكسيك وشرق آسيا وأوروبا ينمو على جوانب الطرق والمستنقعات وضفاف الأنهار وأطراف الغابات .

موسم التزهير من منتصف أغسطس إلى منتصف سبتمبر لون الأزهار أبيض مع خطوط خضراء يتراوح قطرها من ٢,٥ إلى ٥ سم وهي ثنائية الجنس . وبصورة عامة تنبت الزهرة المذكرة والزهرة المؤنثة على ذات المحور ، ينجذب نحل العسل إلى رحيق الأزهار الوفيره والغني بحبوب اللقاح .



وصف العسل

ينمو الخيار الشائك طبيعيًا عند سفوح جبال الآلب الإيطالية وعلى طول نهر البو وهي المناطق التي يستخرج منها هذا العسل بكميات تجارية لونه أصفر فاتح ، قليل اللزوجة ، رائحته ومذاقه خفيفان .

يجمع في الصيف و أوائل الخريف .

الخواص الصحية

لا توجد معلومات



عسل شاي الراعي

SIDERITIS HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : شاي الراعي ، حشيشة الحديد ، الشاي الجبلي .

الاسم العلمي : SIDERITIS SYRIACA

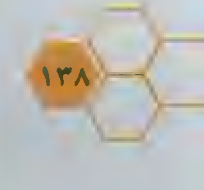
شاي الراعي جنس من النباتات المزهرة المعروفة بخواصها الطبيعية تضم ٣٢١ فصيلة من العائلة الشفوية ، تنتشر بكثرة في مناطق حوض البحر المتوسط والبلقان وشبه الجزيرة الأبيرية ، وإلى درجة أقل في وسط أوروبا ومناطق آسيا المعتدلة استعملت بعض أنواع هذا الجنس لمداواة الجروح التي تحدثها السيوف والرماح ومن هنا جاء الاسم اليوناني " حشيشة الحديد" .

يصنع من أوراقها شاي عشبي ، ويستخدم في اليونان وبلغاريا والبانيا لمعالجة نزلات البرد والانفلونزا وعسر التنفس والحساسية ، ولتقوية الجهاز المناعي .

ينمو شاي الراعي على الأراضي الصخرية القاسية أو النصف مروية في المنحدرات الجبلية حتى ارتفاع ١٥٠٠ م عن سطح البحر وهي عشبة حولية تفترش الأراضي المفتوحة ، تتفتح الزهور من أول مايو حتى نهاية يوليو متموضعة على أعلى السويقات المنتصبة ، لونها أبيض أو أصفر.







وصف العسل

لون عسل شاي الراعي أصفر فاتح جدًا وشفاف يصبح أبيض عند التبلور مذاقه حلو مع مسحة من نكهة زهر الليمون رائحته عطرية خفيفة غير مميزة ، قوامه سائل يتبلور ببطء (بعد سنة من القطاف) وتتميز المنحدرات الجبلية المطلة على البحر الأدرياتيكي في إيطاليا واليونان وألبانيا بإنتاج هذا العسل بكميات تجارية .

الخواص الصحية والعلاجية

- يقي من نزلات البرد والإنفلونزا .
- يقوي المناعة الذاتية .
- بينت دراسات حديثة أنه يقي من هشاشة العظام وبعض أنواع السرطان.
- مضاد قوي للالتهابات والميكروبات والأكسدة.



عسل سولا

SULLA HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : ايدوصارون ، العسلة الفرنسية ، رأس الديك ، سولا

يسمى أيضًا ، عسل صريمة الجدي الفرنسية أو عسل إيدوصارون الفرنسي

الاسم العلمي : HEDYSARUM CORONARIUM

الإيدوصارون عشبة حولية من الفصيلة الخمانية التي تضم ١٨٠ نوع يتراوح ارتفاعها بين ١٠٠ و ١٥٠ سم ، منها الشتوي الذي يزهر من يناير إلى مارس، الأزهار بيضاء صغيرة ، تشحب مع الوقت وتتحول إلى اللون الأصفر ، والبوقي وهو عريشة طويلة تزهر من الربيع إلى الخريف لون الأزهار أحمر ، الإيدوصارون من فئة البوقي ، ينمو على الأراضي الصخرية والأراضي البور ، يحتاج إلى بيئة رطبة والتعرض إلى الشمس للنمو الجيد ، وهو من النباتات التي تثبت نيتروجين التربة ، ثماره صالحة للأكل. موطن عشبة الإيدوصارون أسبانيا وشمال أفريقيا (المغرب ، الجزائر ، تونس) ، وتنتشر زراعتها في إيطاليا وأسبانيا وجزر البحر المتوسط مثل صقلية وسردينيا

تزرع للحصول على علف حيوانات وإنتاج العسل .

تتفتح الأزهار من أواخر الربيع إلى الخريف ، لونها وردي داكن ، بوقية الشكل ، يصل طول الزهرة إلى ١,٥ سم وهي غنية بالرحيق.



وصف العسل

على الرغم من الصفة الفرنسية للعشبة والعسل ، تتميز جزيرة صقلية وساحل توسكاني الإيطالي عن فرنسا بإنتاج هذا العسل الفاخر الذي يقطف في الخريف. لونه أصفر شفاف مع رائحة عطرية خفيفة ومذاق عشبي بنكهة رقيقة سلسلة ، يتبلور دون تحبحب ويصبح لونه عاجيًا ، يباع الكيلو منه في مناطق الإنتاج بـ ١٠٠ دولار أميركي.

الخواص الصحية والعلاجية :

- يوصى به لأطفال المدارس لأنه ينشط الدماغ والذاكرة.
- يتميز عسل السولا عن باقي أنواع العسل من حيث نوعية وعدد العناصر الداخلة في تركيبته الكيميائية ، مما يجعله متفوقًا عليها من حيث فوائد العسل التقليدية .



عسل توبيلو
TUPELO HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة :

توبيلو ، الضلع (PEPPERIDGE)

الاسم العلمي : توبيلو أبيض NYSSA OGECHE

توبيلو اسود NYSSA BIFLORA

التوبيلو فصيلة من الأشجار المزهرة تتألف من ١١ نوع ، تتحمل جيدًا التربة المائية والفيضانات ، ويحتاج بعض الأنواع إلى هذه البيئة بالذات لكي ينمو ويعيش. موطن خمسة أنواع من هذه الأشجار أميركا الشمالية ، من أقصى جنوب كندا إلى شرقي المكسيك . وتوجد الأنواع الأخرى في جبال الهملايا وماليزيا والصين تتميز مستنقعات شمال ولاية فلوريدا الأميركية بأنها المناطق الوحيدة التي تنتج عسل توبيلو بكميات تجارية . يصل ارتفاع الأشجار ما بين ٢٠ و ٤٠ متر. تزهر أشجار التبيلو الأسود في مارس وتزهر أشجار التبيلو الأبيض بداية أبريل أو بداية مارس تبعًا لأحوال الطقس، لون الأزهار أبيض يميل إلى الخضرة ، رقيقة جدًا وتظهر لوقت قصير جدًا ، ولذلك قد يسقطها المطر الغزير عن الأشجار عادة يبدأ التزهير حوالي منتصف أبريل ويستمر ٣ أسابيع فقط. يصبو النحل لزيارة هذه الأزهار لأن رحيقها وفير جدًا ينتج عن رحيق أزهار التوبيلو الأسود عسل أقل جودة وقيمة من العسل الناتج عن التوبيلو الأبيض ، يقطف النحالون عسل التوبيلو الأبيض (وهي الأشجار الأكثر انتشارًا) للاستهلاك البشري ويتركون عسل التوبيلو الأسود لتغذية النحل.

وصف العسل

يضع النحالون خلايا النحل على منصات مرتفعة أو عائمة على سطح المياه الراكدة في شهور الربيع ليرتحل إليها النحل عبر المستنقعات لجمع الرحيق و يتمكنوا من جمع العسل لاحقا . يطلق على عسل توبيلو الأبيض صفة " العسل الراقي " ، أسعاره هي الأعلى بين أنواع العسل في الولايات المتحدة لأن تكاليف جمعه مرتفعة جدًا ، خاصة ، أن على النحالين الحرص على فرز أقراص العسل في الوقت الصحيح ، بحيث يقطف العسل



الناتج من التوبيلو الأبيض فقط .

يعتبر عسل التوبيلو الأبيض عسل ذو جودة عالية بسبب نكهته الطيبة وعدم القابلية للتحبب ، أما عسل التوبيلو الأسود فيكون ذو لون داكن يتبلور مع الوقت وذو جودة دونية.

لون عسل توبيلو الأبيض عنبري فاتح مع ميل إلى الأخضر مذاقه خفيف مميز ومن أحلى أنواع العسل مذاقا وهو العسل الوحيد في العالم الذي لا يتبلور أو يتحبب . أما إذا اختلط رحيق التوبيلو الأبيض مع رحيق التوبيلو الأسود أو رحيق أزهار برية أخرى ينتج عسل قابل للتبلور.

يعتبر حوض نهر إبلاشيكولا ومستنقعات تشكتاواهتشي . عاصمة عسل توبيلو الأبيض في العالم فحالما يحل الربيع تنقل خلايا النحل إلى هذه المنطقة لجمع رحيق أزهار توبيلو ، ويواجه النحالون ظروف صعبة لإتمام عملهم فجذوع الأشجار غارقة تحت الماء بعمق يصل إلى ٥٠ سم ولا مجال لاستعمال أي آليات ، فقط الجهد اليدوي في كافة مراحل جمع وقطف العسل ، وعلى النحالين أن يكونوا على دراية واسعة وخبرة بهذا العمل خاصة وأن موسم التزهير يدوم من ٢ إلى٣ أسابيع فقط.

ارتفع الطلب في السنوات الأخيرة على عسل التوبيلو الأبيض(الذي تصادق عليه مختبرات التحليل المعتمدة رسميًا من حكومة ولاية فلوريدا) محليًا وإقليميًا وهو يعتبر من الأعسال النادرة بسبب محدودية المناطق الجغرافية التي تنمو فيها أشجار التوبيلو.

الخواص الصحية والعلاجية

- يعتبر عسل توبيلو ، عسل المصابين بداء السكري بامتياز ، ويصف الأطباء الأميركيون في العادة هذا العسل لمرضاهم .. ويعود السبب إلى النسبة المنخفضة للجلوكوز فيه .
- يضبط مستوى السكر بالدم ويعيده إلى طبيعته بسرعة عند الأشخاص الأصحاء ويحافظ على هذا المستوى لفترة طويلة ، وهذا يجعله غذاء حيوي وأساسي للرياضيين وللذين يؤدون أعمالا شاقة .
- عسل التوبيلو خال من أي شوائب وهو غني بمجموعة الفيتامين B وحمض الأسكوربك وحمض نيكو تينك ألتي تلعب دورًا هامًا في التغذية البشرية كما يحتوي أملاح الحديد والنحاس والبوتاسيوم والمغنيسيوم والمنغنيز والصوديوم والكالسيوم والفسفور.



عسل فيتكس (شجرة العفة)

VITEX HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : فيتكس ، عليق المحتشمة ، شجرة العفة

الاسم العلمي : VITEX AGNUS - CASTUS

فيتكس جنس من العائلة الشفوية فصيلة " أغنس - كاستوس" (الأرثدية) تزرع على نطاق واسع في المناطق المعتدلة الدافئة من أجل أزهارها وأوراقها العطرية الرائحة . موطنها الأصلي حوض البحر المتوسط وعلى الأخص غرب آسيا وجنوب أوروبا ، وتعتبر نبتة تقليدية في أفريقيا ، وتزرع اليوم في المناطق شبه الإستوائية حول العالم.

فيتكس تأتي أشجار صغيرة أو شجيرات كبيرة ، نفضية عندما يطول فصل الشتاء ، متعددة الجذوع يتراوح ارتفاعها بين ٢و٥ أمتار. تتحمل درجات الحرارة العالية والقحط والرطوبة والرياح ، وتنمو بسهولة على الأراضي الشديدة الانحدار. تنمو عناقيد الأزهار المتفرعة على السويقات جديدة النمو في أواخر الربيع(يونيو) ويدوم موسم التزهير وحياة الأزهار حتى سبتمبر ، يتراوح لون الأزهار من القرمزي إلى الأزرق والبنفسجي وتبدو الشجيرات في موسم التزهير وكأنها غيمة أرجوانية وتجذب رائحتها العطرية نحل العسل من أماكن بعيدة.

تقطف نهاية السويقات بطول ٦٠ سم مع الأزهار والبذور الناضجة وتصنع منها عدة مستحضرات لأغراض طبية تعتبر الثمار غذاء منشط للجهاز التناسلي عند الرجال والإناث.

منذ القدم عرفت هذه الشجيرات العشبية ، بتوفير العلاجات لمشاكل الجهاز



التناسلي عند النساء ، وكانت علاجاً تقليدياً للحيض غير المنتظم ، ولعوارض سن اليأس.

أطلق على هذه الشجيرات اسم شجرة العفة لأنه كان يصنع منها مستحضر لتثبيط الشهوة الجنسية ، واختلف الخبراء حول خواص هذه النبتة منهم من يقول أنها تثبط الغرائز وآخرون يقولون أنها تثيرها ، الأرجح أنها تملك هاتين الخاصتين ، وما يفرق بين النقيضين هو حجم الجرعة وشكلها المستحضر.

وقد أثبت الطب الحديث أن هذه النبتة تعمل على تحفيز وتثبيت الهرمونات الجنسية التي تتحكم بتواتر الأباضة وانتظام دورة الحيض مما يزيد وينشط خصوبة المرأة ، كما أنها تخفف كثيراً من مضاعفات سن اليأس وقد أقرت دول الإتحاد الأوروبي باحتواء النبتة على مواد تؤثر في الغدة النخامية وتنظم عملها .

وصف العسل

فيتكس عسل خريفي أبيض أو كريمي ، رائحته خفيفة بشذا الريحان ، مذاقه حلو دون أي صفات مميزة قوام سائل يتبلور ببطء محاصيله غير منتظمة ومناطق إنتاجه متفرقة مثل تركيا ، إيطاليا ، جنوب فرنسا ، الصين.

الخواص الصحية والعلاجية

- يساعد على تخفيف القلق المرضي .
- طارد للغازات .
- يخفف من عوارض سن اليأس .
- يساعد في علاج تليف الثدي الحميد .
- ينشط الخصوبة وينظم الحيض.



عسل ويليلايكي

WILELAIKI HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : ويليلايكي ، شجرة عليق الميلاد ، اروبرا ، شجرة الفلفل البرازيلي ، شجرة الفلفل الوردي

الاسم العلمي : SCHINUS TEREBIN THIFOLIUS

أشجار ويليلايكي نباتات مزهرة من الفصيلة البطمية (تضم الفستق الحلبي PISTACHIO) من عائلة الكاجو (تضم المانجو و الكاشو) موطنها المناطق الإستوائية والمدارية في أميركا الجنوبية من جنوب شرق البرازيل إلى شمال الأرجنتين والأوراغوي، تنمو اليوم في أستراليا وجزر برمودا ، ومالطا وجنوب أفريقيا ونيوزيلاندا والولايات المتحدة

نقلت إلى جزر هاواي في بداية القرن العشرين واستوطنت هناك .. وتعتبر نباتات غازية في كثير من المناطق في العالم .

الويليلايكي أشجار صغيرة حولية نفضية يتراوح ارتفاعها من ٧ إلى ١٠ م ذات أغصان كثيفة متشابكة تفرز نسغ لبني يتسبب بتهيج الجلد عند بعض الأشخاص . رغم بعض أسمائها فهي ليست نبات فلفل حقيقي تزهر من الصيف إلى الخريف بين يوليو إلى نوفمبر . الأزهار صغيرة بيضاء اللون على شكل عناقيد محمولة على سويقات محورية.



وصف العسل

تعتبر جزر هاواي المصدر شبه الوحيد لعسل الويليلايكي وهو عسل مكتمل المواصفات ، لون عنبري فاتح ، مذاق قوي مع شيء من الحدة ، قوام لزج وقليل الكثافة ، يتبلور ببطء ، هو عسل خريفي يقطف في شهر أكتوبر.

الخواص الصحية والعلاجية

- مضاد للبكتيريا والفيروس والفطريات وخاصة التي تصيب الجهاز التناسلي لدى الإناث (CANDIDA ALBICAN) ومضاد للأكسدة.
- مدر للبول
- مطهر للفم والحلق ويخفف الالتهابات.
- يخفف الأوجاع والآلام السطحية.
- مُسكّن.
- يحفز عملية الهضم ويعالج الأمساك.
- يساعد في تخفيض ضغط الدم العالي.
- ينظم نبضات القلب.



عسل يابونية

YAPUNYAH HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : يابونية ، نابونية ، بارو

الاسم العلمي : EUCALYPTUS OCROPHLOIA

أشجار يابونية هي فصيلة من جنس اليوكاليبتوس (الكينا أو الكافور) ، دائمة الخضرة تنمو على السهول الرسوبية (تخلفت عن الفيضانات) في شمال أستراليا وغويانا ، يتفاوت ارتفاعها من ١٥ إلى ٢٠ متراً ، يجود نموها في المناطق المشمسة ، تتأقلم مع التربة الفقيرة والتربة الغنية ، إن كانت مائلة إلى الحمضية أو القلوية ، وتتحمل جفاف التربة الطويل الأمد أو الجافة بين فصلي أمطار ، كما تتحمل الصقيع المعتدل ، تزهر من بداية أبريل حتى آخر أكتوبر (خريف وصيف نصف الكرة الجنوبي) وتعتبر مصدر رحيق أساسي لشهور الشتاء ، لون الأزهار أصفر إلى أصفر باهت وتنمو على نهاية السويقات .



وصف العسل

لونه ذهبي فاتح ، رائحته خفيفة بشذاً حلوى اللوزية المازيبان ، (من اللوز والسكر والزبدة) ، مذاقه حلو لاذع قليلاً ، تدوم نكهته على اللسان دون حلاوة جارحة ، رحيق الأزهار غزير و وفير بحبوب اللقاح ويحتاج النحل إلى حضانه خاصة بعد القطف لتعويض النقص في تغذيته ، قوامه كثيف ولزج ، يتبلور بسرعة .

الخواص الصحية والغذائية :

يتمتع عسل يابونية بذات الخواص الصحية والغذائية التي تتميز بها أعسال اليوكاليبتوس (الكينا) الأخرى.



يصنف العسل في فئتين:

العسل الرحيقي (عسل الزهر) :

ينتج من رحيق أزهار عدد كبير من النباتات المتنوعة ، وقد أفردت لكل نوع من هذه الأعسال صفحات تتناول مصدرها الزهري ، صفاتها وخواصها الغذائية والصحية والعلاجية .

عسل المن (الندوة العسلية) :

ينتج عن رعي النحل للمن وهو مادة سكرية صمغية تفرزها بعض أنواع الحشرات على لحاء الأشجار يطلق عليه أحيانًا " عسل الندوة العسلية " أو " عسل قطر الندى " وأيضًا عسل الغابات.



عسل المن (الندوة العسلية)

HONEYDEW HONEY

((وظللنا عليكم الغمام وأنزلنا عليكم المن والسلوى كلوا من طيبات ما رزقناكم وما ظلمونا ولكن كانوا أنفسهم يظلمون)) البقرة ٧٥ .

تفرز الحشرات المادة السكرية ((المن)) ، ويطلق على هذه الحشرات إضافة إلى أسمائها العلمية لقب ((حشرات المن)) أي التي تفرز مادة ((المن)) ولكن الأمر اختلط على عامة المزارعين ، فظنوا أن اسم الحشرة هو المن وليس اسم المادة السكرية فأصبحنا نسمع مزارعًا يندب حظه لأن المن هاجم مزروعاته وأتلفها (خاصة الخضار الورقية) ، ولهذا السبب راج استعمال اسم عسل الندوة العسلية ، وهي ترجمة خاطئة للاسم الإنجليزي HONEYDEW HONEY ، فقسمت كلمة HONEYDEW المركبة إلى كلمتين ، HONEY وتعني العسل و DEW وتعني الندى ثم جمعت الكلمتين فأصبحت الندوة العسلية ، و الأصح أن كلمة HONEYDEW هي كلمة واحدة تعني لغويًا " المن " ، وهي الكلمة المعروفة في التراث العربي وما تزال مستعملة حتى يومنا هذا كاسم لهذه الفئة من العسل.

ومن فضل أهل العراق على هذه التسميات أنهم احتفظوا باسم " المن " ، فهم مازالوا يجمعونه قبل أن يرعى عليه النحل ، ويصنعون منه أنواع شهية من الحلوى التي يحبونها.

يطلق على الحشرات ، اسم حشرات المن تمييزًا لها عن الفصائل الأخرى من الحشرات التي لا تفرز المن ، تمامًا مثلما يطلق على فصائل النحل الجامعة للرحيق اسم " نحل العسل" تمييزًا لها عن فصائل النحل الأخرى.

ينتج النحل هذه الفئة من العسل من مادة المن التي تفرزها الحشرات على



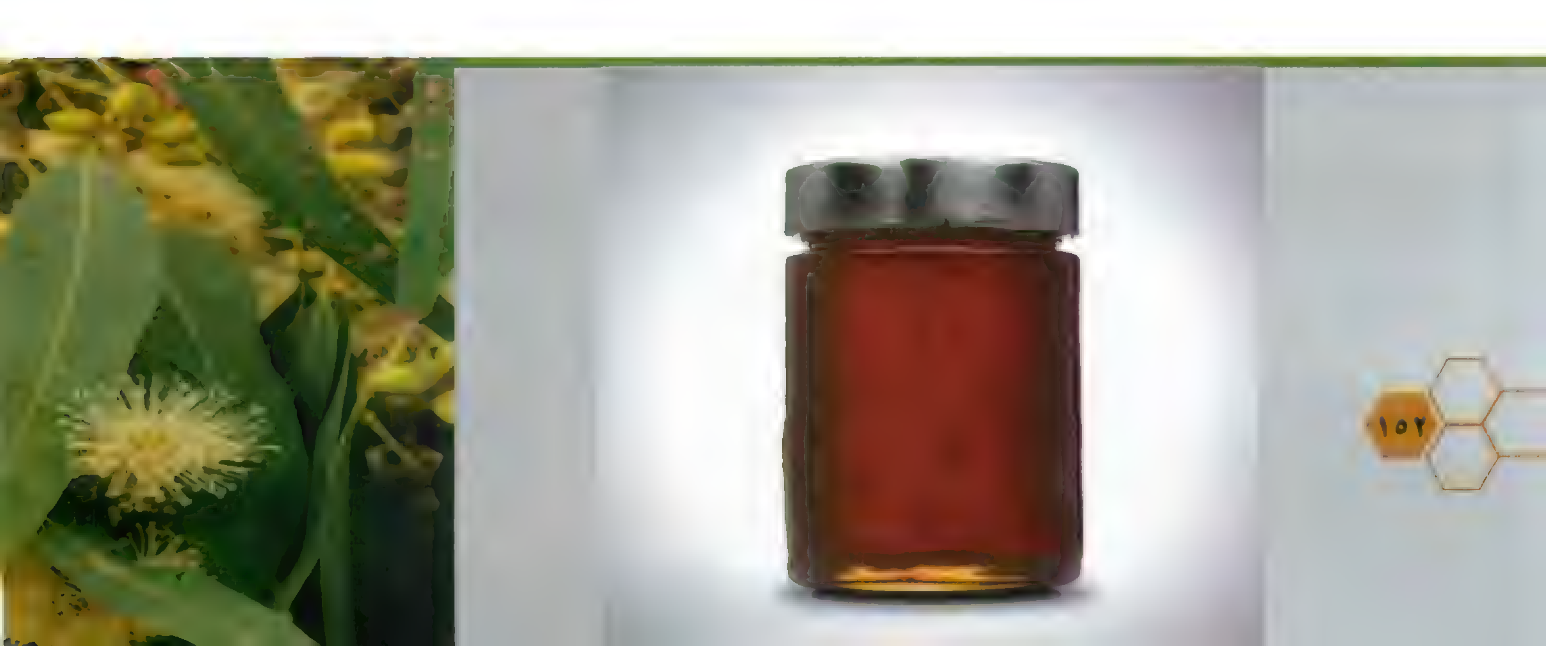
كافة أنواع الأشجار الخشبية مثل أشجار التنوب (ألمانيا ، تركيا ، اليونان) والبلوط والسنديان (الهمالايا وأوروبا) والزان الأحمر والأسود (نيوزيلاندا) والصنوبر الراتنجي (غابات ألمانيا ، أوكرانيا ، روسيا ، إيطاليا) والصنوبر التركي (تركيا واليونان) ، ويطلق على عسل المن الناتج اسم مصدره النباتي ، فيقال عسل التنوب أو عسل الصنوبر أو عسل السنديان ... الخ. كما يطلق عليها الاسم الجامع " عسل الغابات".

مصادر عسل المن

المصادر الرئيسية

التنوب الفضي SILVER FIR ABIES ALBA - التنوب اليوناني GREEK FIR - التنوب البلغاري BULGARIAN FIR - الزان BEECH - العرعر JUNIPER - الأزرية LARCH - (الزان الأحمر RED BEECH و الزان الأسود BLACK BEECH نيوزيلاندا NEW ZELAND) - صنوبر النروج الراتنجي PICEA ABIEY NORWAY SPRUCE - الصنوبر PINUS SPP PINE - الصنوبر التركي PINUS BRUTIA TURKISH PINE

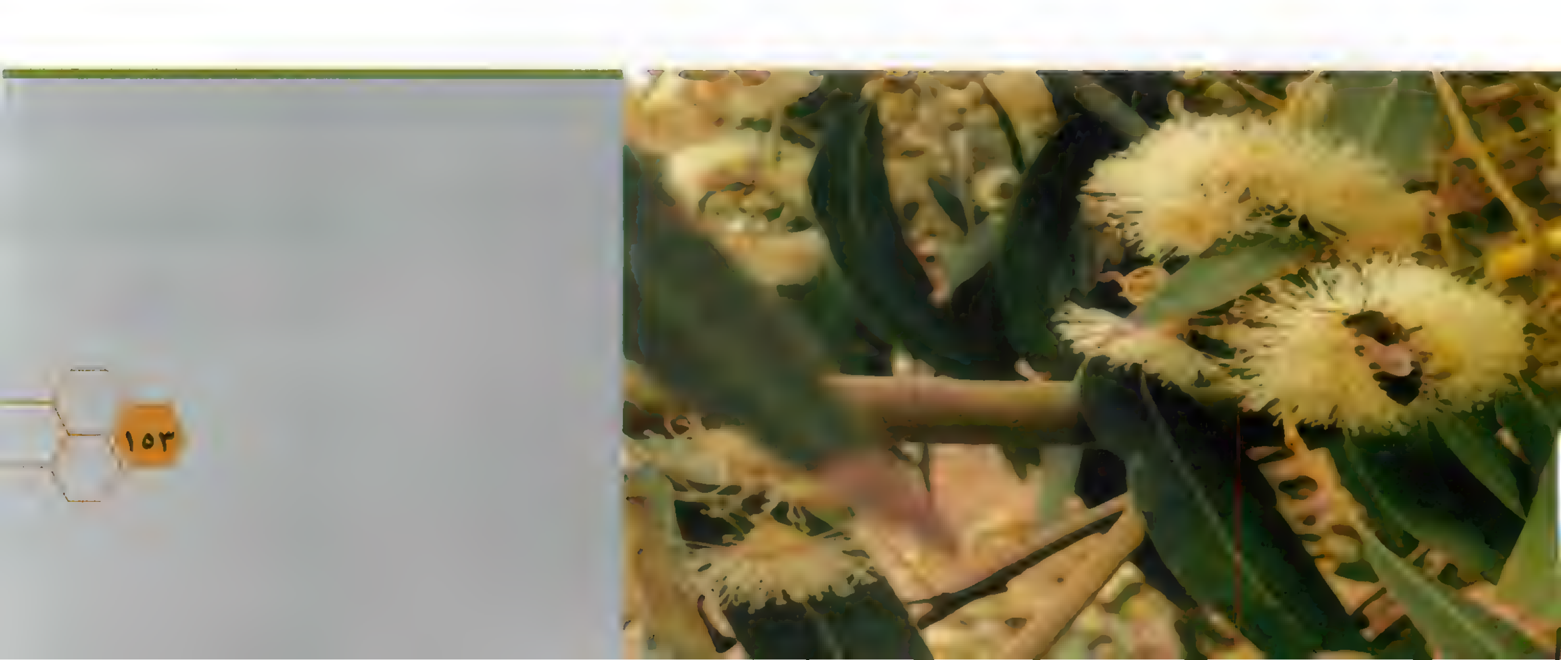
الصنوبر الحلبي PINUS HALEPENSIS ALEPPO PINE - السنديان OAK



المصادر الفرعية

القبقب MAPLE - البندق HAZEL - الزعرور HAWTHORN - الجوز HICKORY - الدردار ASH - التفاح APPLE - التفاح APRICOT - الكرز CHERRY - الخوخ PLUM - الدراق PEACH - الأجاص ، كمثرى PEAR - الصفصاف WILLOW - الزيزفون LINDEN - الدلب AMERICAN ELM - الريباس GOOSE BERRY .

نلاحظ من الأسماء الواردة في لائحة المصادر النباتية الثانوية أنها أشجار من النباتات المزهرة ويزورها النحل بكثرة في مواسم التزهير ، وترجمة ذلك أن هناك تداخلاً بسيطاً بين عسل المن وعسل الرحيق فنجد أن عسل الرحيق يحتوي نسبة ضئيلة من عسل المن ، ولا ترتفع هذه النسب لأن النحل لا يرعى على المن ، إلا إذا افتقر إلى رحيق.



عسل اللوز

ALMOND HONEY

وصف النبات :

الاسم الشائع : اللوز , اللوز الحلو

الاسم العلمي : PRUNUS AMYGDALUR

اللوز جنس من الأشجار المثمرة من الفصيلة الوردية .

موطنة الشرق الأوسط وجنوب آسيا .

تنتشر زراعة اللوز في الوقت الحاضر في الدول المتوسطية وولاية كاليفورنيا الأمريكية .

يبلغ طول الشجرة مابين ٣ إلى ١٢ مترا .

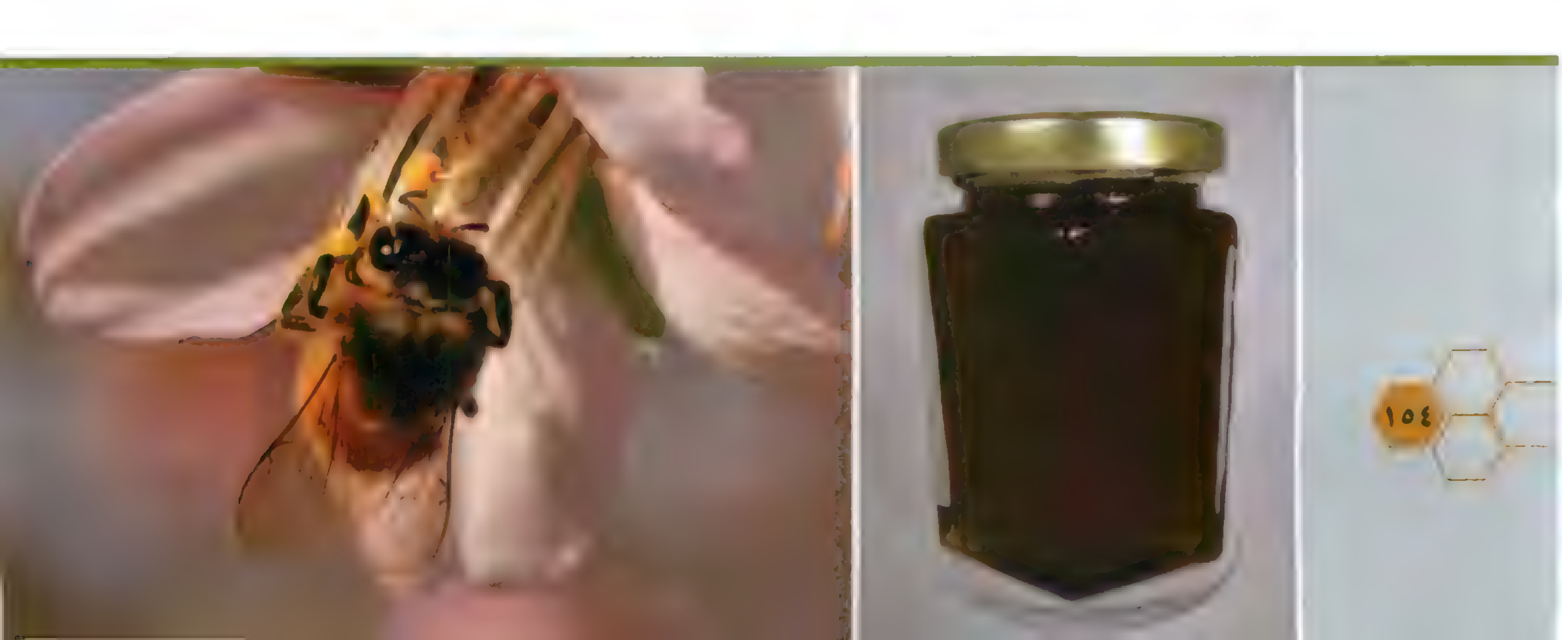
يتراوح لون الأزهار مابين الأبيض والزهري الفاتح وهي من ٥ تويجات ويبلغ قطرها ٣,٥ سم .

تظهر الأزهار بعد نمو الأوراق في بداية الربيع يعمل النحل على تلقيح الأزهار في منتصف فبراير.

يستخرج من اللوز زيت حلو يستعمل لتطرية الجلد الجاف وتهدئة الحكة ويسرع في شفاء الأمراض الجلدية والحروق البسيطة ويسكن الام الأذن الوسطى.

ثمار اللوز غنية بمعدن البوتاسيوم والماغنسيوم وبذلك يؤدي تناولها إلى تقوية دفاعات الجسم ضد ضغط الدم المرتفع وتصلب الشرايين .

تعتبر هذه الثمار غنية بالفيتامين E المضاد للأكسدة .



ونظرا لاحتوائها على دهون أحادية مشبعة تساعد هذه الثمار في تخفيض مستوى الكلسترول الضار (LDL) وتعمل أيضا على تخفيض الوزن نظرا لغناها بالألياف و البروتين .

وصف العسل

يغزو النحل أزهار اللوز بحماسة شديدة للحصول على الرحيق وحبوب الطلح .

يعتبر العسل الناتج من نوعية غير جيدة ويحصد لأغراض الطهي.

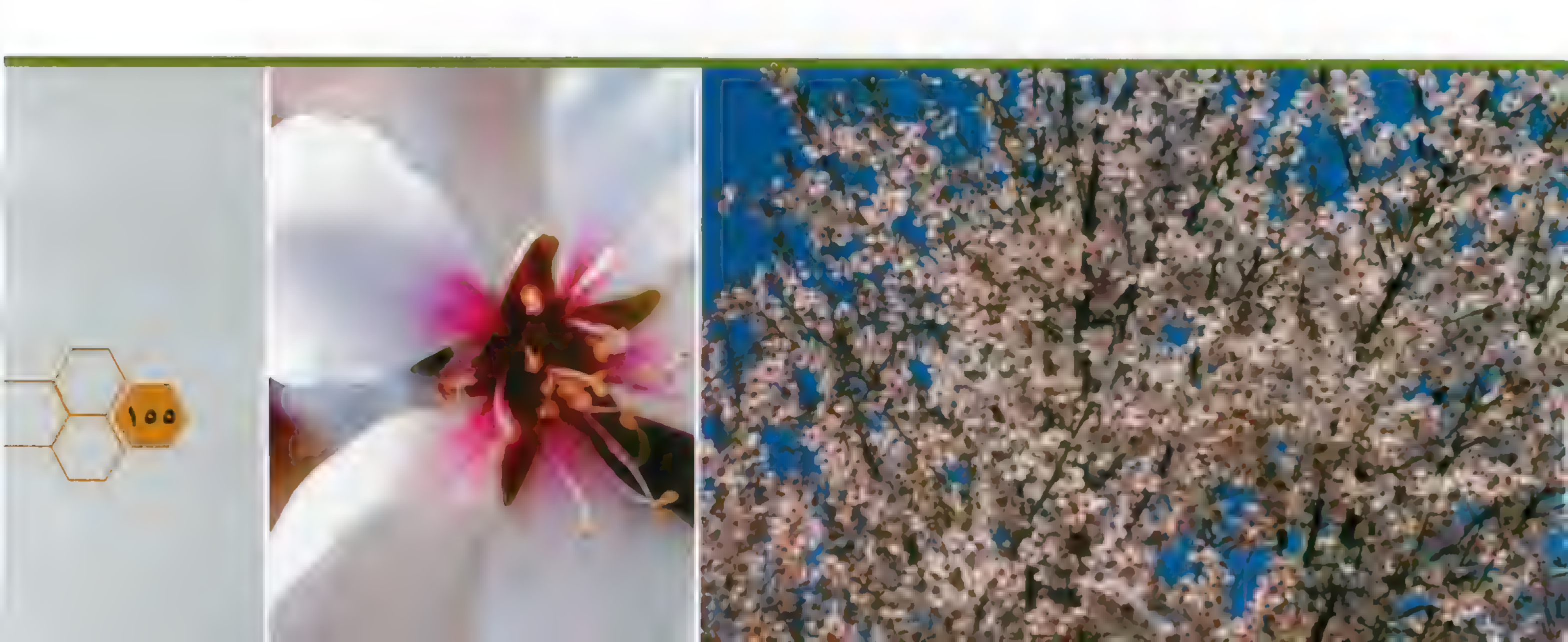
لونة غامق جدا ومذاقة قوي يميل إلى المرارة .

ولهذا يعمل النحالون بعد انتهاء موسم إزهرار اللوز بنهاية فبراير إلى نقل خلايا النحل إلى حيث تفتح الزهور البرية والكينا وعندما يستخرج هذا الخليط من عسل اللوز و عسل الكينا والزهور البرية التي تدمج طبيعيا ببعضها البعض ويصبح مرغوبا به من ذواقة العسل ويسمى هذا الخليط بالعسل الشتوي أو عسل كاليفورنيا.

الفوائد العلاجية والصحية

رغم نفور الناس من مذاقه المر يبقى عسل اللوز من أهم أنواع العسل نفعا خاصة وأن خصائص ثمار اللوز الصحية تنتقل إلى هذا العسل ومنها :

- مضاد للأكسدة بوجود الفيتامينE
- المساهمة في التحكم بمستوى الكلسترول الضار .
- يعالج الآفات الجلدية مثل : التجاعيد المبكرة والهالات السوداء حول العين وجفاف الجلد .
- يعزز قدرة الدماغ وقوة الذاكرة .
- يعزز صحة الحامل والجنين .



عسل أزهار التفاح

APPLE BLOSSOM HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : تفاح (مع اسم خاص بكل نوع .. غولدن ، ستاركن، فوجي الخ...)

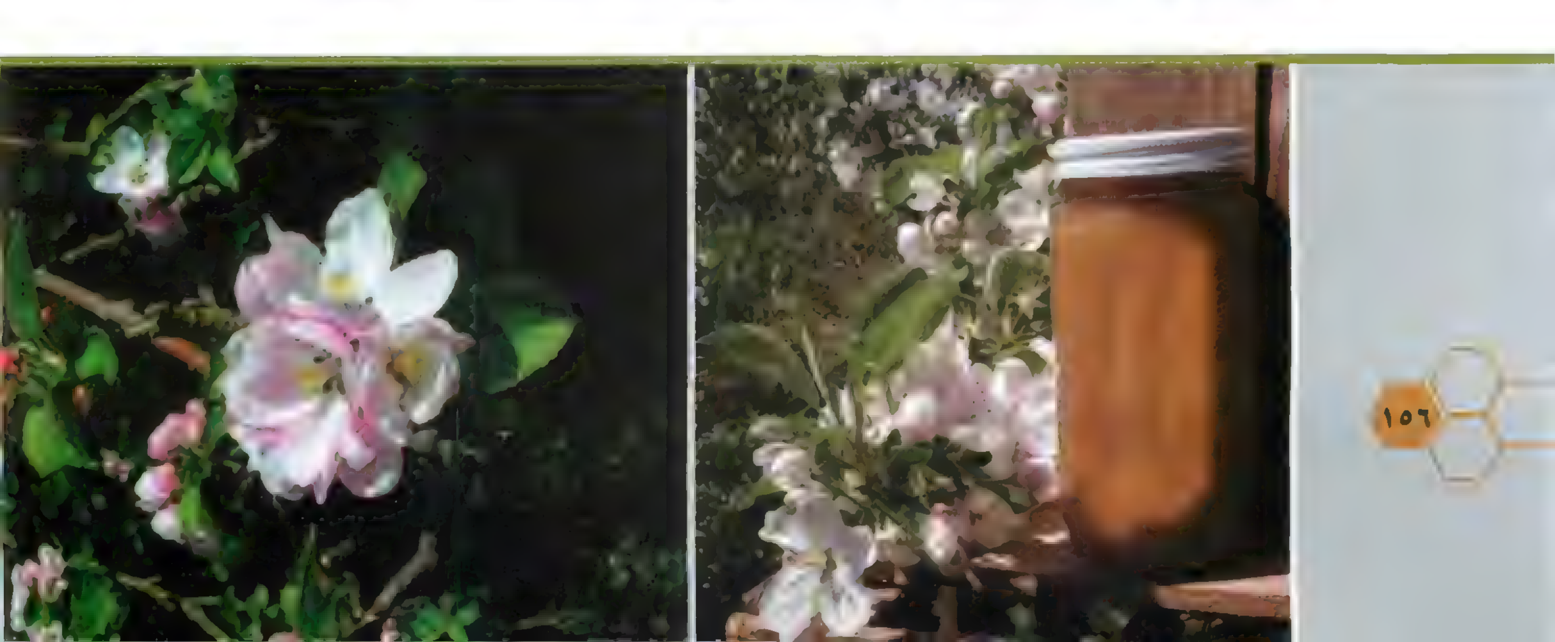
الاسم العلمي : CORIANDUM DOMESTICA

التفاح أشجار مثمرة من الفصيلة الوردية ، وهي أشجار صغيرة نفضية يتراوح ارتفاعها بين ٣ و ١٢ متراً ، موطنها آسيا الوسطى وغرب آسيا ، تزرع أشجار التفاح أكثر من أي أشجار مثمرة أخرى على مستوى العالم ، ويوجد منها ٧٥٠٠ نوع مستنبت ، يتجاوز حجم الإنتاج العالمي ٦٠ مليون طن ، تأتي الصين في مقدمة الدول المنتجة (٣٥٪) والولايات المتحدة (٧,٥ ٪) ويليها كل من تركيا وفرنسا وإيطاليا وإيران وروسيا والأرجنتين وتشيلي .

نقل المستعمرين الأوائل في القرن السابع عشر زراعة التفاح إلى الأميركتين ، يزهر التفاح في بداية الربيع ، لون الأزهار أبيض مع مسحة من اللون الوردي تزول مع الوقت ، يتراوح قطرها بين ٢ و ٥ سم ، وهي وحيدة الجنس تحتاج للنحل لنقل حبوب اللقاح كي تثمر .

يعرف الجميع فوائد التفاح الغذائية والصحية ، فهو يقوي الدماغ والقلب ، ينقي الدم من السموم ، يوقف القيء ، صديق للكبد والمعدة . ويستخرج من التفاح خل ، يعتبر أفضل أنواع الخل ، لخواصه الصحية المتعددة وأخصها التخفيف من تأثير التسمم الغذائي وعلاج الأرق .

توحي الدراسات الحديثة بأن للتفاح قدرة على تخفيض نسبة خطر الإصابة بسرطان الرئة وسرطان البروستاتا وسرطان القولون بسبب وجود مركبات الفينول.



وصف العسل

بينت دراسات عدة أن نسبة كبيرة من نحل العسل الموجود في الخلايا الموضوعة في بساتين التفاح ، يقوم بجمع حبوب اللقاح من أزهار أخرى منافسة ،وبفحص المكون الجيني المسؤول عن تفضيل النحل حبوب لقاح التفاح اكتشفوا فروق كبيرة بينهم من حيث نسبة حبوب اللقاح التي جمعت من أزهار التفاح ، بين سنة وأخرى .

وفي السنة الرابعة وجدوا بأن النحل تتطور إلى سلالة جديدة تنزع إلى تفضيل حبوب لقاح التفاح أكثر من السلالة الأولية التي وضعت في الحقول .

يؤخذ الرحيق من كافة أنواع التفاح مع الإشارة إلى نوع PYRUS MALUS ، الذي يفضله النحالون في شمالي الولايات المتحدة (كاليفورنيا ، بوسطن) وبريطانيا وإيرلندا .

عسل التفاح ربيعي يجنى ما بين مارس وابريل، يتوافر بكميات محدودة ، مذاقه رائع ذو نكهة خارجة عن المألوف (حلو وخفيف) رائحته عطرية ضعيفة بشذا التفاح لونه عنبري فاتح إلى متوسط ، يعتبر في الولايات المتحدة وبريطانيا عسل ذواقة فاخر .

الخصائص الصحية والعلاجية

- غني جدًا بالحديد ولذلك هو مفيد لنمو الأطفال.
- يزيد حجم وعدد الكريات الحمراء والبيضاء .
- يساعد على تأخير الخرف.
- يمنع البدانة .



عسل الكزبرة

CORIANDER HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الكزبرة ، التقدة

الاسم العلمي : CORIANDUM SATIVUM

الكزبرة نبات عشبي حولي يتبع الفصيلة الخيمية , تنتشر زراعته في بلدان حوض البحر المتوسط كما يزرع في الهند و أوروبا وأمريكا الجنوبية, يصل طول العشبة إلى ٥٠ سم , الكزبرة ذو رائحة عطرية قوية وأزهارها صغيرة بيضاء أو قرنفلية.

يستعمل نقيع الكزبرة كعلاج خفيف لانتفاخ البطن والمغص ولإزالة التوتر النفسي كما ينبه زيت الكزبرة العصارات الهضميه ويقلل غازات الجهاز الهضمي وهو مضاد للبكتيريا والفطريات , كما تستخدم الكزبرة لعلاج فقدان الشهية ومشاكل القولون والأوراق الخضراء لها فوائد في حالات الربو والسعال الديكي .

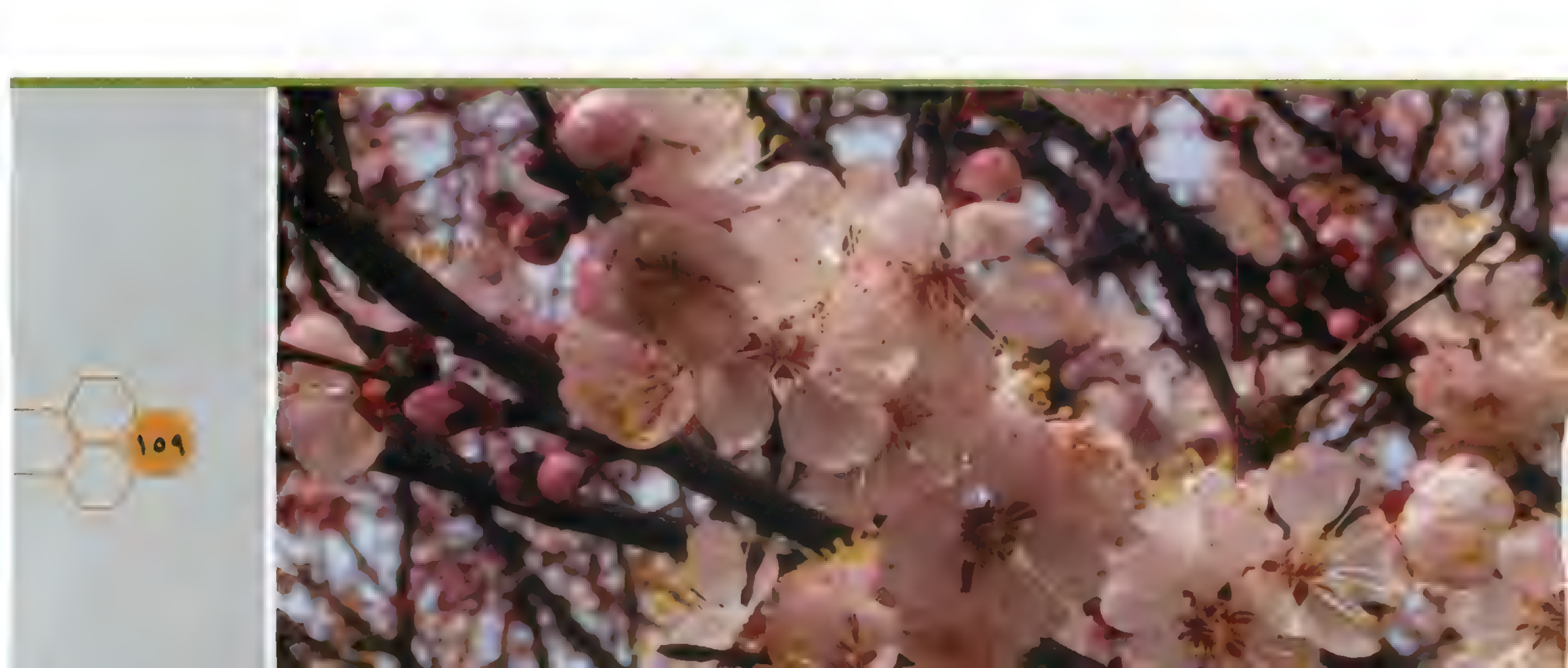


مواصفات العسل

يجنى عسل الكزبرة في شهر يونيو . لونه بني فاتح لايتبلور بسرعة شذاه يشبه شذا ثمرة الليمون الأفندي أو اليانسون , رائحته قوية ومذاقه حلو (مع حموضة عالية). لهذا العسل خاصيه فريدة وهي احتوائه على مركبات مضادة للفطريات التي تهاجم خلية النحل مما يجعله أفضل تغذية لوقاية النحل نفسه , الدولة التي تمتاز بأنتاج وتصدير عسل الكزبرة هي بلغاريا . ومن الدول المنتجة والمصدرة الأخرى اندونيسيا والهند وايران .

الفوائد الصحية والعلاجية

- يخفف من نوبات الألم المفاجئة .
- مضاد للأكسدة .
- يزيد من فعالية ردة فعل المناعة الذاتية .
- يخفف عسر الهضم .
- يطرد ديدان الامعاء عند الأطفال او يقي منها .
- يستعمل كعلاج للسعال الحاد .
- يخفف من ألم العضلات .



عسل الأفوكادو

AVOCADO HONEY

الوصف النباتي :

الاسم الشائع : افوكادو

الاسم العلمي : PERSEA AMERICANA

تعتبر الأفوكادو شجرة مزهرة معمرة من فصيلة الغاريات موطنها الأصلي المكسيك وأميركا الوسطى وجزر الكاريبي ، وتزرع الآن في أمريكا الجنوبية وأقسام من الولايات المتحدة ، يبلغ طول الشجرة ٢٠ متراً إزهارها غزيرة ذات لون أصفر ضارب إلى الأخضر بعرض ١ سم تحتاج إلى تربة عميقة خالية من الأملاح وبيئة معتدلة أصبحت زراعة الأفوكادو منتشرة في فيتنام وأستراليا والهند وسريلنكا والفلبين وماليزيا ، وجنوب أسبانيا وجزيرة كريت ، ثمرة الأفوكادو غنية بالدهون الأحادية غير المشبعة والبوتاسيوم ومجموعة الفيتامين B والفيتامين E و K .

وتعتبر غذاء شامل يعمل على ترميم خلايا الجسم .

يمكن لشجرة الأفوكادو أن تزهر في الصيف أو الشتاء وفترة إزهرارها قد تمتد ٦ شهور.



مواصفات العسل

قد يقطف هذا العسل في أي موسم من السنة ، لونه داكن جدًا ، تشبه نكهته نكهة السكر المحروق (أو الكراميل) . يبقى مذاقه في الفم طويلاً ، بما أن نباتات أخرى تزهر بالترافق مع الأفوكادو ، يقتات النحل أيضا عليها مما يجعل نكهة عسل الأفوكادو أكثر ثراء مع الفوائد الغذائية المضافة من تعدد أنواع الرحيق وحبوب الطلح ، يعتبر مادة ممتازة للإضافة إلى حبوب الإفطار والشوفان وفنجان القهوة أو الشاي ، من الصعب الحصول عليه في الأسواق لأن النحالين يفضلون جني أنواع أخرى من العسل رغم أنه عسل فريد من نوعه ومميز . المناطق الأكثر إنتاجًا لعسل الأفوكادو المكسيك ، الولايات المتحدة ، كولومبيا و أندونسيا و الصين و جنوب أفريقيا . هذا العسل لا يتبلور إلا بعد انقضاء عدة شهور.

الفوائد الغذائية والعلاجية

- عسل الأفوكادو غني بمضادات الأكسدة وتناوله يوميًا يقي الشرايين والقلب.
- يعزز جهاز المناعة ويساعد في شفاء الكثير من الأمراض.
- تناول ملعقة كبيرة يوميًا يقي من الحساسية وخاصة الحساسية للغبار والصلع ووبر الحيوانات الأليفة .
- يوفر للجسم البوتاسيوم والفيتامينات B6 و K وE.
- يساعد على ترميم خلايا الجسم .



عسل الزيزفون الأميركي

BASSWOOD HONEY

الوصف النباتي

الأسماء الشائعة : زيزفون أميركي ، باس وود

الاسم العلمي : TILIA AMERICANA

تنتشر أشجار « باس وود « في أميركا الشمالية ، وخاصة الولايات المتحدة من الجنوب الشرقي إلى الجنوب الغربي .

الباس وود أشجار نفضية دائمة الخضرة يتراوح ارتفاعها من ٢٠ إلى ٤٠ متراً . تظهر الأزهار من أوائل إلى منتصف الصيف ويتم التلقيح بواسطة النحل ، الزهور لونها أبيض كريمي صغيرة الحجم ذات رائحة عطرية مميزة ، يبلغ قطرها ١ إلى ١,٥ سم .

للزيزفون الأميركي استخدامات طبية أسوة باستخدامات الزيزفون الشائع (الأوروبي) ، لكن بفعالية أقل .

يصنع من الأزهار المجففة الغنية بالفلافونيدات المضادة للأكسدة شاي عشبي



صحي ، يعالج السعال وارتفاع حرارة الجسم والالتهابات وضغط الدم العالي والصداع النصفي والإصابات البكتيرية و هو مدر للبول و يمنع تقلص العضلات وخاصة عضلات المعدة .

وتستعمل الأوراق لتحفيز التعرق عند المصابين بالحمى .

ويستخدم خشبه لعلاج اضطرابات المرارة و السيللويت .

وصف العسل

يقطف هذا العسل في يونيو أو يوليو في كافة أنحاء الولايات المتحدة ، يعتبر أحد أنواع العسل الاستثنائية القليلة في العالم ، لونه أصفر كهرماني ، ومذاقه قويٍ يلسع الفم ونكهته مميزة ، تشبه نكهة الثمار الخضراء الناضجة وتدوم طويلا في الفم ، رائحته خفيفة بشذا الأعشاب العطرية ، يبقى متبلوراً طوال الوقت ويصنف في الولايات المتحدة بأنه عسل درجة أولى (GRADE A) .

الخواص الصحية والعلاجية

راجع الخواص الصحية والعلاجية لعسل الزيزفون .



عسل حبة البركة

BLACK SEED HONEY

الوصف النباتي

الاسماء الشائعة : حبة البركة , الحبة السوداء , الكمون الاسود , القزحة , الشونيز

الاسم العلمي : NIGELLA SATIVA

حبة البركة نبتة عشبية حولية من الفصيلة الحوذاينة تعلو حوالي ٢٠ الى ٣٠ سم . موطنها الاصلي غرب اسيا , وتزرع في الكثير من بلدان اسيا وبلدان حوض البحر المتوسط خاصة اليمن والسعودية ومصر و سوريا و المغرب العربي و الهند و باكستان .

تحتوي حبة البركة على مادة اللينجلون المضادة للأكسدة . لها ولزيتها صفات علاجية متعددة فهي مدرة للطمث , مدرة للبول , تعالج من الأكزيما , تنشط الأعصاب والحيوية الجنسية وتشير عدة أبحاث أن لها خصائص واقية من سرطان الثدي وسرطان القولون وسرطان البنكرياس وحسب الدراسات، وجد أنها فعالة في تثبيط نمو الخلايا السرطانية أيضًا تخفف من أوجاع الروماتزم و من ضغط الدم العالي ومن صداع الشقيقة وهي صديق للقلب والشرايين .

تزهر حبة البركة في أوائل الصيف ولون أزهارها أبيض على أزرق سماوي وأحياناً يكون لونها قرمزيا .



مواصفات العسل

عسل حبة البركة , عسل نادر ينتج بكميات قليلة جدا , داكن اللون , قوي المذاق , خفيف الرائحة . لايتبلور بسرعة , يقطف بدءا من منتصف الصيف . لهذا العسل قدرة علاجية فائقة . لكن مايجب معرفته هو أن الناس ومنذ زمن بعيد يخلطون مابين عسل حبة البركة الطبيعي الذي يقطف بعد أن يجمع النحل رحيق أزهار نبتة حبة البركة وبين مزيج نوع ما من العسل مع مسحوق أو زيت حبة البركة أملا في الحصول على المنفعتين معا . الدول المنتجة لعسل حبة البركة : مصر , المملكة العربية السعودية , سوريا , باكستان , الهند.

الصفات العلاجية

- يستعمل لعلاج السعال والإصابة الرئوية وحالات الربو .
- يقوي جهاز المناعة وعضلة القلب وينشط الدورة الدموية .
- ينظم مستويات سكر الدم .
- يساعد في علاج فقر الدم .
- يحمي الكبد والقولون من السموم .
- يزيل الضعف العام والهزال .
- يخفف من عوارض قرحة المعدة .



عسل العليق الأسود

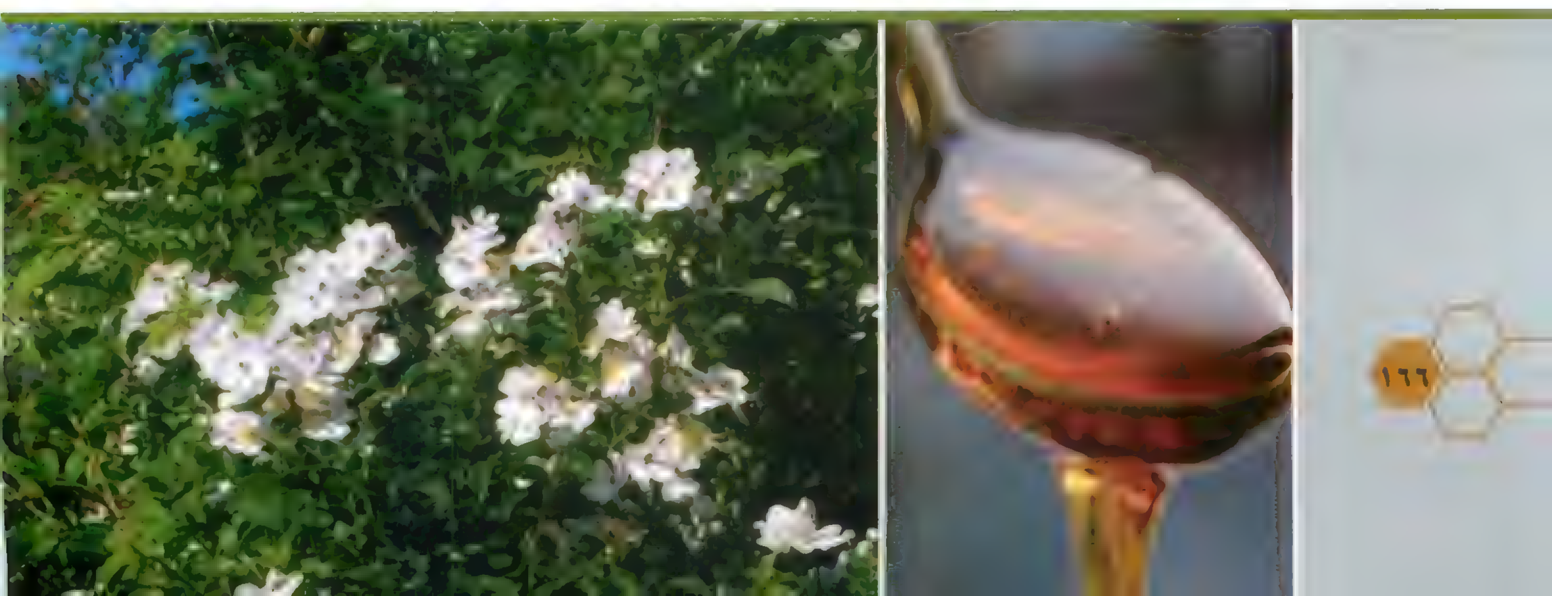
BLACKBERRY HONEY

الوصف النباتي

الأسماء الشائعة : العليق الأسود ، الكبش الأسود، العليق المصري

الاسم العلمي : RUBUS FRUTICOSUS

العليق الأسود هو توت بري من الفصيلة الوردية وهي شجيرة شائكة متسلقة يصل ارتفاعها إلى أربعة أمتار أزهارها بيضاء أو زهري فاتح يبلغ قطرها ٢ إلى ٣ سم وتتفتح في أواخر الربيع وبداية الصيف . تلقيح الأزهار يبقى ناقصًا، لأن أي تغير طفيف في حالات الطقس مثل يوم ماطر أو يوم حار شديد يمنع عاملات النحل من إتمام مهمتهم بعد عمل الصباح الباكر و يقلل من عدد رحلات النحل إلى الأزهار . تتقدم ولاية اوريغون الأميركية المناطق المنتجة للعليق الأسود يليها صربيا ، المكسيك ، مصر ، و تشيلي واستراليا يحتوي العليق الأسود على مركبات بولي فينولات المضادة للأكسدة ويستخدم في الطب الشعبي لعلاج الإسهال والدوسنتاريا . ويحتوي أيضًا على الفولات والمنغنيز والنحاس وألياف غذائية .



وصف العسل:

عسل العليق الأسود هو على الأرجح أفضل أنواع العسل مذاقًا ونكهة ، فمذاقه غني بشكل واسع لا يمكن مقارنته ، ليس بأي نوع عسل فقط بل بأي نوع من الأطعمة على الإطلاق .

لون العسل يتفاوت ما بين العنبري الفاتح وبين الأبيض ، يبقى في حالة السيولة . ولكن إذا تبلور تحول إلى كتلة بيضاء ناعمة أشبه بالثلج تنتج الولايات المتحدة (بكافة ولاياتها الغربية) ٩٠٪ من إنتاج هذا العسل في العالم ، وتنتج مصر كميات قليلة منه ، يجنى هذا العسل في منتصف الصيف.

الفوائد الصحية والعلاجية :

- يعالج الآم القصبة الهوائية والحلق .
- يعتبر العسل الأول الذي يقدم في الولائم الفاخرة .
- يحتوي مضادات للأكسدة مثل العليق والعنبية ولذلك له نفس الخصائص العلاجية .
- مضاد للالتهابات والبكتيريا .
- قد يقي من سرطان المريء.
- يقي من التهاب المريء المزمن الناتج عن ارتفاع أحماض المعدة .



عسل لسان الثور

BLUE BORAGE HONEY

الوصف النباتي

الاسماء الشائعة : لسان الثور , ابو العرق , النجمة .

الاسماء العلمية: BORAGINCEES - BORAGO OFFICIALIS

لسان الثور من الفصيلة الجمجمية التي تضم مجموعة متنوعة من الشجيرات والأشجار يصل عددها ٢٠٠٠ جنس منتشرة في كافة أنحاء العالم . يزرع هذا النبات لإنتاج العسل وللأغراض الطبية . يعطي رحيق الأزهار الزرقاء الكبيرة الحجم والجميلة اللون , عسل خفيف اللون شفاف له مذاق لطيف .

لسان الثور نبتة سنوية موطنها الأصلي سوريا ومنها انتشرت إلى بلدان حوض المتوسط وآسيا الصغرى وأوربا والأمريكيتين. (يتميز جنوب نيوزلندا بزراعة نوع من لسان الثور يسمى فايبر بوغلاس وينتمي إلى فصيلة نباتية أخرى.)

ينمو على أطراف الجبال واودية الأنهار . تفتح الأزهار طوال فصل الصيف يبلغ طول النبتة مابين ٦٠ إلى ١٠٠ سم وتتشكل الازهار على شكل عناقيد رخوة . في الطب العشبي يستعمل مستلخص لسان الثور لعلاج نزلات البرد والتهاب الشعب الهوائية وحالات الروماتزم ويستعمل كمادات لمعاجة الطفح الجلدي .



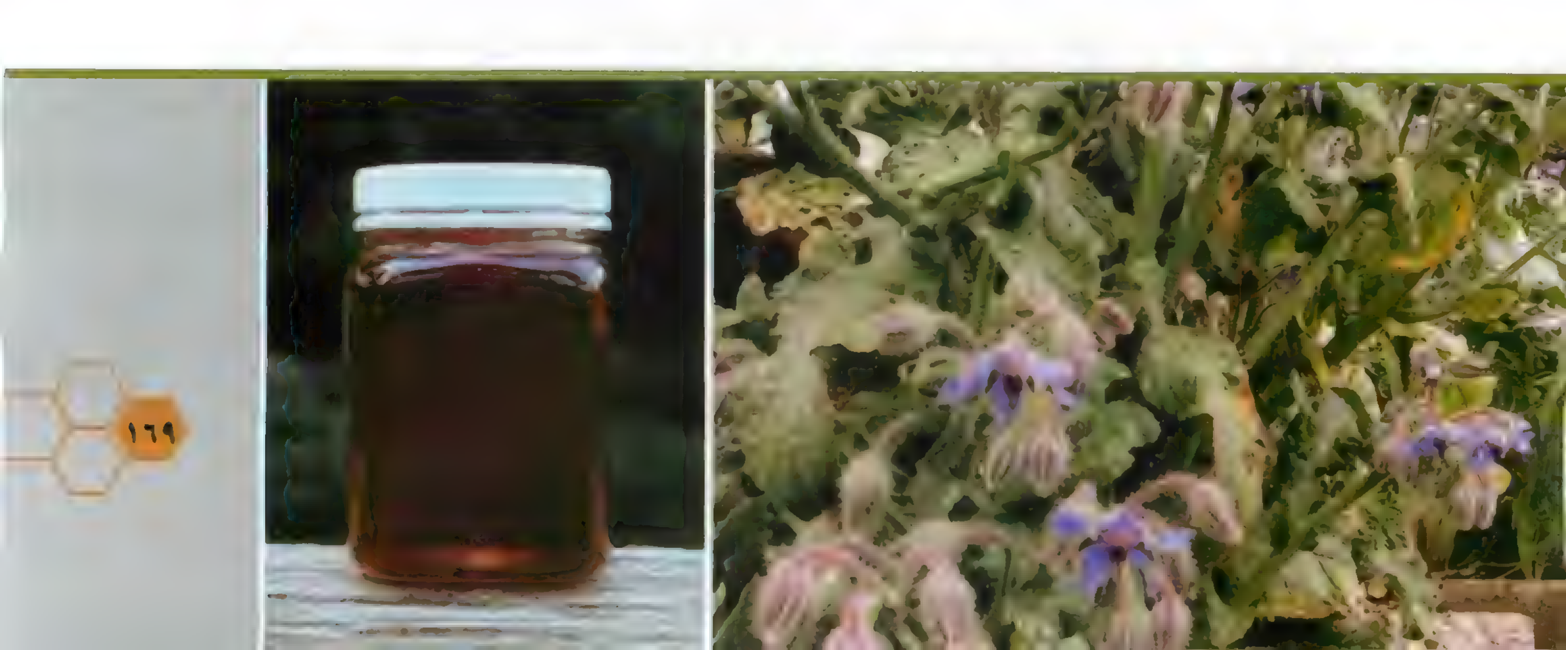
مواصفات العسل

يجنى عسل لسان الثور بدءا من منتصف الصيف وإلى أوائل الخريف . لونه عنبري فاتح جدا وغير صاف مما يعطيه مظهرا مميزا له شذا عطري خفيف يشبه رائحة حقل زهور . مذاقه معتدل ويعتبر بديل ممتاز للسكر في الشاي وشراب الأعشاب والقهوة ...الخ

نسبة الرطوبة تكون في أكثر الاحيان أقل من رطوبة معظم أنواع العسل الأخرى (حوالي ١٥ الى ١٦ بالمئة) وهذا يجعله أشبه بالعلكة . ومن مميزات هذا العسل تبلوره البطيء و أفضل طريقة للتمتع بهذا العسل هو وضع قليل منه على الشفتين والتلمظ به يذوب ببطء مما يترك مذاقه طويلا على اللسان . يعتبر عسل لسان الثور نوع من الأعسال الطبية ولكنه ليس بذات فعالية عسل المانوكا , مع الوقت تنفصل الكتلة الصلبة ٥٠٪ عن الكتلة السائلة ٥٠٪ ولكن لاداعي للقلق , فعند إعادة خلط الكتلتين بعود العسل إلى قوامة الكريمي .

الفوائد الصحية والعلاجية

- يخفف التوتر النفسي والارهاق .
- يساعد على تنظيم عملية التمثيل الغذائي وجهاز الهرومنات .
- مضاد للالتهابات .
- يساعد في علاج القرحة المعدية .



عسل زهرة الافعى

BLUE WEED HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : زهرة الافعى , لسان الثور الزرقاء , لسان الأفعى المرقطة)

BORGONECEAE)

لاعلاقة لهذه النبتة بنبتة لسان الثور الشائعة في أوروبا من الفصيلة

الاسم العلمي :   ECHIUM VULGARE

زهرة الأفعى عشبة تنمو كل سنتين من الفصيلة الجمجمية يتراوح ارتفاعها من ٣٠ إلى ٨٠ سم تنمو على المروج والحقول والأراضي ذات التربة الفقيرة أو جوانب الطرق في المناطق الجافة . موطنها جنوب أوروبا ولكنها تنتشر في جميع دول العالم وفي أحيان كثيرة تكون واحدة من مجموعة الأزهار المنتجة للعسل المتعدد المصادر الزهرية ولكن مصدر عسل زهرة الأفعى ذو المصدر الرحيقي الواحد (يجب أن تكون نسبة رحيق هذه الأزهار في العسل ٤٥٪ ومافوق) فهو في الجزيرة الجنوبية في نيوزلاندا حيث تنمو العشبة على جوانب الجبال والأودية ممايجعل من هذه البيئة النقية مثالية لإنتاج العسل , بسبب انخفاض خطر التلوث بالمبيدات الزراعية والمركبات الكيميائية المختلفة تنمو أنواع من زهرة الافعى في تركيا وإيطاليا والمغرب وأسبانيا وتشيلي وجزيرتي صقلية وسردينيا ولها ٢٥ اسم كلها مشتقة من صفات الأفعى الخبيثة .

تتفتح الازهار البرية أواخر الربيع إلى منتصف الصيف لونها أزرق نيلي , وفي أحيان نادرة يكون أبيض أو وردي .



وصف العسل

تهيمن مقاطعتي مارلبورو و أوتفا في نيوزلاندا على انتاج هذا العسل يجنى عسل زهرة الأفعى من وقت إلى آخر في مقاطعات أخرى لكي لايمكن التعويل على محاصيلها لون العسل عنبري فاتح لكن لونه يصبح داكن أكثر مع مرور الوقت إلى أن يصبح اللون بني مذاقه خفيف بنكهة الزهور قوامه شديد الكثافة يتبلور ببطء رائحته خفيفة مستوى الفركتوز فيه عالٍ وبسبب صعوبة فرزه يباع في الأسواق مع شمعه (أقراص)

لعسل زهرة الأفعى النيوزلاندي محاذير صحية خفيفة لأنه يحتوي على نسبة من مركبات PYRROLIZIDINE ALKALOIDS ، التي بصيغتها الصافية وبجرعات كبيرة تسبب تلف الكبد ونمو خلايا سرطانية.

يمنع هذا العسل عن الأطفال حتى سن العاشرة والنساء الحوامل والمرضعات . وقد أفادت الأوساط العلمية والطبية وهيئة سلامة الغذاء الرسمية في نيوزلاندا , بعدم وجود خطر واضح على مستهلكي هذا العسل , وبأنه يجب تحديد كمية العسل الآمنة التي يمكن تناولها يوميا .

الخواص الصحية والعلاجية

- تحتوي بزور زهرة الأفعى على أحماض دهنية هامة مثل حمض غاما لينوليك .

ولم تثبت الأبحاث بالدليل القاطع وجود هذه الأحماض STEARIDONIC والحمض النادر .

في العسل ولكن يتم تسويقه على هذا الأساس .

- ينظم مستوى الكلسترول الضار والدهنيات الثلاثية في بلازما الدم .



عسل العنبية

BLUEBERRY HONEY

الوصف النباتي

الاسماء الشائعة : العناب ، العنبية

الاسم العلمي : VACCINIUM SPP

العنبية نبتة مثمرة من الفصيلة الخلنجية ، يوجد منها نوعان . مهدها أميركا الشمالية ، يتفاوت ارتفاع الشجيرات من ٤ سم إلى ١٠ أمتار وفقًا للنوع . العنبية شجيرات نفضية أو دائمة الخضرة يدوم موسم التزهير من فبراير حتى مايو تبعًا للظروف المحيطة بها مثل موقعها والارتفاع عن سطح البحر ، تنمو الأزهار على شكل جرس لونها أبيض أو زهري فاتح أو أحمر وأحيانًا مخضرة ، عسل النحل يقتات على أزهار جميع الأنواع .

تعتبر كندا أكبر منتج للثمار في العالم ، وتعتبر ولاية ماين الأميركية أكبر منتج لعسل العنبية في العالم . الدول الأخرى التي تنتشر فيها زراعة العنبية ، أستراليا ، بريطانيا ، نيوزيلاندا ، ألمانيا ، هولندا ، إيطاليا ، المجر.

تظهر الثمار في الأسواق في بدء الصيف ويصل الموسم إلى أوجه شهري يوليو وأغسطس.

تحتوي العنبية على مضادات الأكسدة وأهمها ، أنسوساينين ANTHOCYNINS والبيوفلافونيدات وقد أظهرت الدراسات أن هذه الأصباغ والمضادات تحبط آلية تطور الخلايا السرطانية والالتهابات .



مواصفات العسل

يجنى عسل العنبية في أوائل الصيف إلى منتصفه ، لونه عنبري فاتح ، مذاقه شهي ونكهته غنية وقوية ، رائحته تشبه شذا أوراق الشجر الخضراء الضارب برائحة الليمون . يعتقد بعض الناس أن عسل العنبية هو نوع عسل أضيفت له نكهة ثمار العنبية ، وهذا غير صحيح ، فعسل العنبية هو نتيجة الرحيق الذي يجمعه النحل من شجيرات العنبية . يتبلور هذا العسل بسرعة ، الولايات المتحدة هي الدولة الأكثر إنتاجًا لهذا العسل يليها كندا وأستراليا .

الفوائد الصحية والعلاجية

- يساعد في منع إصابات الجهاز البولي البكتيرية .
- يلعب دورًا في تخفيض خطر الإصابة ببعض الأمراض بما فيها الالتهابات وأنواع معينة من السرطان .
- يحسن الذاكرة .
- يخفض مستوى سكر الدم .
- يستعمل لتطرية الجلد الجاف.
- يستعمل بلسم للشعر HAIR CONDITIONER.
- يمكن إضافته إلى ماء حوض الاستحمام للوقاية من الآفات الجلدية .



عسل الحنطة السوداء

BUCKWHEAT HONEY

الوصف النباتي

الأسماء الشائعة : الحنطة السوداء

الاسم العلمي : FAGOPYRUM ESCULENTUM

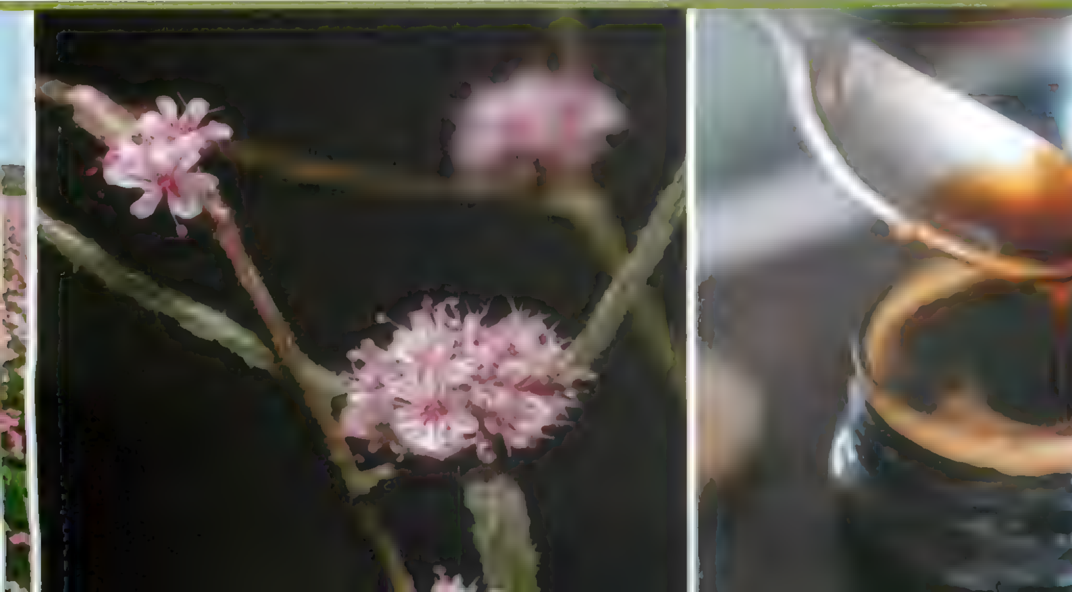
الحنطة السوداء نبات يتبع الفصيلة البطاطية من طائفة ثنائيات الفلقة ألحقت خطأ بالحبوب وهي ليست حنطة حقيقية (قمح) ولا من الحبوب ولا من الفصيلة النجلية . يشتهر منه ثلاثة أنواع أهمها: FAGOPYRUM ESCULENTUM والذي يطلق عليه الحنطة السوداء البرية . تنتشر زراعة المنطقة السوداء في المناطق المعتدلة من نصف الكرة الآرضية الشمالي .بدأت أول زراعة لها شمالي الهند والصين وكوريا وانتقلت تدريجيا إلى آسيا الوسطى وروسيا ثم إلى أوروبا وأمريكا الشمالية.

الحنطة السوداء نبات حولي أو معمر (حسب النوع) . تصل الساق إلى ارتفاع ٦٠ سم . أزهارها كبيرة نسبيا , عطرية الرائحة لها خمس بتلات تتلون بالأبيض والوردي والأحمر . تعطي النبتة الواحدة نحو ٧٠٠ زهرة في المعدل . يزرع في منتصف الربيع أو أواخره وتزهر مع بداية الصيف . تتقدم روسيا الدول المنتجة للحنطة السوداء ويليها الصين و أوكرانيا وفرنسا وبولندا وكازاخستان والولايات المتحدة .

مواصفات العسل :

يبرز عسل الحنطة السوداء بين أنواع العسل الأخرى مثلما يبرز رجل طويل ذو ملابس مزركشة بين جمهور عريض.

وهذا العسل مازال لغزا محيرا في كيفية جذبه لمحبي العسل . وخصائصه العلاجية التي لا تنشط إلا عندما يكون عسل خام فقط . لون هذا العسل







نحاسي أو قرمزي داكن , لكن يعرف في أكثر الأحيان بأنه عسل (أسود) , لأن لونه يبدو أسود مالم يسلط عليه ضوء باهر يخترقه . رائحته تشبه رائحة الأرض التي سقط عليها المطر لأول مرة في الموسم , ذو نكهة غنية بطعم الدبس لكن دون حلاوة مفرطة , قوامه سميك ولزج . عند شراء هذا العسل يجب التأكد من انه عسل خام كما كان عند جمعه من الخلية , غير معالج ولم يخضع لأي حرارة , الدول الرئيسية المصدرة لهذا العسل روسيا و الولايات المتحدة و فرنسا و بولونيا و الصين .

الفوائد الصحية والعلاجية :

- عسل الحنطة السوداء غني بالحديد
- يحتوي على نسبة كبيرة من الفلافونيدات المضادة للأكسدة , والمعروف أنه كلما زادت نسبة مضادات الأكسدة في العسل كلما أصبح اللون داكنا أكثر .
- فعال جدا في تخفيض خطر الإصابة بالأمراض القلبية الوعائية و السرطان .
- يساعد في تخفيف سعال الأطفال أكثر من الأدوية المباعة دون وصفة طبية , ملعقة صغيرة من العسل قبل النوم تساعد الطفل على النوم الهانئ .
- غني بالفيتامينات والمعادن ولذلك هو ضرورة يومية لأنه يقي - بإذن الله- من سوء التغذية والعوز إلى الفيتامينات .
- يستخدم لتخفيف ضغط الدم العالي .
- يهدئ الاضطرابات النفسية ويدفع الجسم إلى الاسترخاء .
- يمنع مظاهر الشيخوخة المبكرة .
- كشفت دراسات سريرية عن نتائج إيجابية في قدرة هذا العسل على مواجهة السرطان واختلال وظيفة الدماغ وانخفاض الوزن الشديد .
- يساعد في التهابات الجهاز التنفسي المزمنة وصعوبة التنفس و السعال الحاد.



عسل الخروب

LOCUST (CAROB) HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الخروب , الخرنوب

الاسم العلمي : CERATONIA SILIQUA

الخروب شجرة دائمة الخضرة تنتمي إلى الفصيلة القرنية من عائلة الفوليات تنمو بشكل طبيعي في بلدان الشرق الأوسط والمغرب والبرتغال ودول حوض البحر المتوسط وإيران . يزهر الخروب في فصل الخريف (سبتمبر / أكتوبر) وأزهاره صغيرة وكثيرة العدد , لونها وردي داكن ورائحتها قوية مميزة وغريبة ينفر منها بعض الناس . يأكل الناس الثمار (القرون الجافة) ويصنع منه عدة انواع من الشراب , خاصة في سوريا ومصر و المغرب و ليبيا و إيطاليا , ويضع منه في لبنان دبس يعتبر غذاء يقاوم البرد في فصل الشتاء .



مواصفات العسل

يجنى هذا العسل في منتصف الخريف , لونه يتراوح بين العنبري الداكن والبني الفاتح , له نكهة قوية ورائحة تشبه رائحة محلات بيع القهوة . مذاقه رقيق وشهي . يعتبر نوع نادر جدا من العسل. ينتج في المغرب و مصر و سوريا و البرتغال وإيران .

الفوائد الصحية والعلاجية

- مضاد للإسهال , يعالج عسر الهضم , و يخلص من الغازات .
- يعالج المغص وأوجاع الجهاز الهضمي .
- يخفف الصداع .
- ينفع في حالات السكري والربو .
- تشير يعض الدراسات أن له فعالية في تثبيط نمو الخلايا السرطانية .



عسل ازهار الكرز

CHERRY BLOSSOMS HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الكرز , حب الملوك (المغرب العربي)

الاسم العلمي : الكرز الحلو PRUNUS AVIUM

الكرز الحامض PRUNUS CEROSUS

الكرز من أشجار اللوزيات , الفصيلة الوردية ومن جنس البرقوق الذي يضم المشمش واللوز والخوخ والدراق . مهد الكرز آسيا الصغرى وشمالي شرقي آسيا .

يبلغ ارتفاع الشجرة مابين ٣ إلى ٥ أمتار تتفتح الأزهار في بداية الربيع وهي أزهار جميلة جدا لونها أبيض ضارب إلى الوردي الفاتح أو الداكن . ويحتفل كل سنة بموسم تزهير الكرز في اليابان وكندا والولايات المتحدة. أكثر الدول إنتاجا هي بالترتيب تركيا , الولايات المتحدة , إيران , إيطاليا , روسيا , سوريا , أسبانيا , أوكرانيا , اليونان .



الكرز فاكهة غنية بالفيتامينات والأملاح المعدنية , تمد الجسم بكمية وافرة من البوتاسيوم والطاقة (٦٨ سعرة حرارية في كل ١٠٠ جرام) .

موسم الكرز قصير جدا , تنمو أشجاره في المناطق المعتدلة (قمة الموسم في منتصف الصيف) . تتفتح الزهور مابين شهور فبراير ومارس و أبريل تبعا للمنطقة التي تتواجد فيها أشجار الكرز .

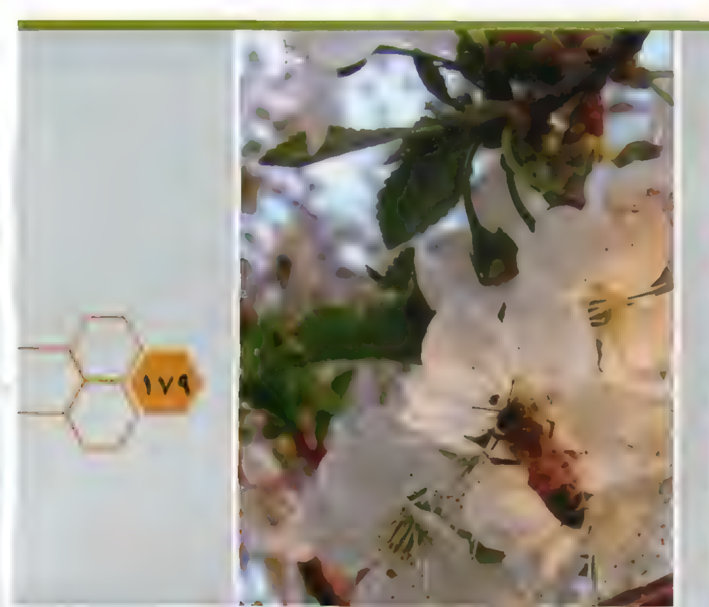
مواصفات العسل

عسل الكرز عسل نادر يجنى في أواخر الربيع لونه عنبري أشقر سائل لايتبلور بسرعة رائحتة عطرية خفيفة مذاقه لوزي سلس .

أهم الدول المنتجة بريطانيا واليابان .

الفوائد الغذائية والعلاجية

يتوقع العلماء بعد التجارب العلمية المتعددة أن يصبح عسل الكرز إحدى وسائل علاج مرض السكري بسبب احتوائه على مركبات كيميائية تحفز افراز الانسولين وتضبط مستواه وإحدى هذه المركبات أنتو سباتين ANTHOCYTININ





عسل الكستناء

CHESTNUT HONEY

الوصف النباتي

الأسماء الشائعة : الكستناء ، الكستنا ، أبو فروة ، شاه بلوط .

الاسم العلمي : CASTANIA SATIVA

الكستناء من الفصيلة البلوطية ، واحدة من ثمانية أو تسعة أجناس من الأشجار والشجيرات ، يتراوح ارتفاعها بين ١٠ إلى ١٥ متر.

تزرع الكستناء في مناطق آسيا (الصين) وحوض البحر المتوسط (إيطاليا ، تركيا، أسبانيا ، فرنسا ، لبنان ، مصر) وتتمتع بشعبية كبيرة منذ قديم الزمان . تختلف الكستناء عن غيرها من اللوزيات بسبب قلة محتواها من الدهون وغناها بالألياف الغذائية وتعتبر مصدر ممتاز للبوتاسيوم والفولات والفيتامين B6 والفيتامين C. تقوي الكستناء النظام الكظري وتعزز جهاز المناعة في مقاومة فيروس الإنفلونزا ودرء الإصابات الفيروسية ، تزهر أشجار الكستناء (تبعًا لارتفاعها عن سطح البحر) في شهري يونيو ويوليو . أزهار الكستناء غير الجميلة الشكل ، صفراء اللون، لها رائحة نافذة . ملمسها دبق وغزيرة الرحيق وحبوب اللقاح ، ويبدو أن النحل يصاب بالجنون عندما يعثر على أزهار الكستناء ، ويهتاج ويصبح عدائيًا حول خليته، ويعمل النحل على جمع الرحيق بحماسة شديدة حتى بعد غروب الشمس وحلول الظلام .

مواصفات العسل :

يجنى عسل الكستناء في أواخر شهر أغسطس وأوائل سبتمبر ، يتراوح لونه مابين العنبري الغامق جدًا والبني و الأسود ، له رائحة نافذة قوية تماثل رائحة الغابات



، نكهته المميزة تماثل رائحته . مذاقه حاد قليل الحلاوة يشبه مذاق التوابل ويترك أثرًا مرًا . يفضله الأشخاص الذين لا يحبون المأكولات الحلوة ، قوامه سائل غير كثيف.

عسل الكستناء غني بسكر الفركتوز ولا يتبلور إلا بعد مدة طويلة . نسبة المعادن فيه أعلى من نسبتها في أي نوع عسل آخر . يحتوي مركبات مضادة للأكسدة تساعد الخلايا على مقاومة الجذور الحرة التي تتسبب بعدد من الأمراض المستعصية . وإحدى هذه المضادات مركب بينوسمبرين PINOCEMBRIN الذي لا يوجد في أي نوع عسل آخر ، ويرتبط بتحسن أداء وظيفة الدماغ ، يحتوي هذا العسل كذلك على أحماض فينوليك أساسية منها

COUMARIC ACID , CINNOMIC ACID, HPLC, PDA محتوى عسل الكستناء على أحماض الفينوليك ومضادات الأكسدة ينسحب على العكبر ايضًا . وهذا يضع العسل والعكبر كأفضل مصدر لهذه المركبات ، يحتوي عسل الكستناء على حبيبات اللقاح الذي تنتجه أزهار الكستناء المذكرة بكميات كبيرة ، أكثر الدول المنتجة والمصدرة لعسل الكستناء فرنسا وإيطاليا وإلى درجة أقل تركيا واليونان .

الفوائد الصحية والعلاجية :

- يؤمن محتواه المعدني المرتفع استخدامه لعلاج أمراض الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي والملاريا والكلى والروماتزم وإدرار البول .
- بسبب مضادات الأكسدة التي يحتويها ، يقي عسل الكستناء من أمراض القلب والشرايين والكولسترول ويقي صحة النظر.
- تحسن أحماض الفينوليك مع المضادات أداء الدماغ والجهاز العصبي.
- يعزز جهاز المناعة والجهاز التناسلي.



عسل الموالح (الحمضيات)

CITRUS HONEY

الوصف النباتي

الحمضيات جنس من الفصيلة السنابية وهو مجموعة من النباتات المزهرة مثل البرتقال واليوسفي والليمون والكريب فروت والبوملة والنارنج والبرغموت . وتوجد الآف الأنواع المهجنة حول العالم ، موطن الحمضيات الأصلي جنوب شرقي آسيا - الهند ، الصين مينمار. وتنتشر زراعتها في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط والولايات المتحدة ، كما في بلدان عديدة في العالم .

الحمضيات أشجار صغيرة يتراوح ارتفاعها ما بين ٥ إلى ١٥ متر . دائمة الخضرة ، أزهارها منفصلة عن بعضها البعض ذات رائحة عطرية قوية تفوح إلى مسافات بعيدة عن موقع الأشجار .

تزرع الحمضيات من أجل ثمارها العطرية الرائحة ومذاقها الشهي، الغنية بالفيتامين C وحمض الستريك والفلافونيدات المضادة للأكسدة .

لعصير الحمضيات فائدة علاجية ، فعصير الليمون الحامض يستعمل لتخفيف الألم الناتج عن لسعات النحل ، ويؤخذ البرتقال للوقاية من مرض الكساح الناجم عن العوز للفيتامين C ، كما تستعمل قشور الحمضيات لكشط خلايا الجلد الميتة (عن الوجه مثلا) .

أهم الحمضيات التي تشكل المصدر الزهري للعسل :

- البرتقال بكافة أنواعه ، أبو صرة ، فالنسيا ، الشموطي ، أبو صفير (البرتقال المر) ، الماوردي ، الحلو .
- الليمون الحامض ، لا تختلف أنواعه عن بعضها البعض كثيراً إلا بدرجة الحمضية .
- اليوسفي CITRUS RETICULATA ، ومن أنواعه الأفندي والكلمنتين والتانجرين.

تزهر جميع أنواع الحمضيات بدءًا من شهر مارس حتى نهاية أبريل . وتتميز برائحتها العطرية الآخاذة والقوية ولونها الأبيض.

مواصفات العسل :

تجذب رائحة أزهار الحمضيات النحل بقوة ، والنحل لا يستطيع مقاومة جاذبية



أزهار الليمون أو أزهار اليوسفي أو أزهار الكريب فروت ، لذلك يصبح اختلاط رحيقها مع رحيق أزهار البرتقال أمرًا حتميًا .

في العادة تكون بساتين الحمضيات مكونة بصورة أساسية من أشجار البرتقال ، مع تخصيص مساحات لزرع أشجار الليمون والأفندي والحمضيات الأخرى .

لذلك يطلق على العسل اسم عسل الموالح أو عسل الحمضيات ، لأن العسل يكون في العادة خليط من كافة أنواع الرحيق ، لكن إذا كان الرحيق المسيطر هو رحيق البرتقال ، يطلق عليه عسل البرتقال ، وإذا كانت نسبة رحيق اليوسفي أو الليمون كبيرة في العسل يكون العسل ، عسل يوسفي أو عسل ليمون .

ولهذا يتفاوت لون العسل من سنة إلى سنة ومذاقه وحلاوته تبعًا للأخلاط بين أنواع الحمضيات .

عسل الموالح من الأعسال الكلاسيكية في جميع أنحاء العالم وبشكل عام تتمتع كافة أخلاطه بنفس النوعية ويتراوح لونه من الأصفر الشفاف إلى العنبري الذهبي . رائحته قوية بمثل رائحة براعم البرتقال أو الليمون أو اليوسفي . مذاقه حلو جدا يحتوي على نسبة عالية من الفيتامينات وخاصة الفيتامين C . يتبلور عسل الموالح بعد عدة شهور على جمعه وقوامه قليل الكثافة . أكثر الدول انتاجًا لهذا العسل إيطاليا ، أسبانيا ، المكسيك ، الولايات المتحدة ، مصر ، فرنسا ، المغرب ولهذا يتوافر هذا العسل بكميات كبيرة ونوعية ممتازة .

الفوائد الصحية والعلاجية :

- يساعد على مقاومة نزلات البرد والإنفلونزا .
- يستخدم لعلاج القلق والتوتر العصبي .
- يضبط معدل ارتفاع ضغط الدم .
- يستعمل لتخفيف التشنج ، وهو ملين للمعدة.
- يستخدم في علاج التهاب الشعب الهوائية والمغص والإسهال وتقلص العضلات.
- مضاد حيوي طبيعي نوعه .
- ينظف الجهاز الهضمي من الميكروبات .
- صديق للبنكرياس .
- يقوي الجهاز العصبي.





عسل النفل

CLOVER HONEY

الوصف النباتي

ينتمي النفل للفصيلة البقولية وهو من النباتات العلفية . ويعتبر من أهم المحاصيل المثبتة للنيتروجين ، وتثبيت النيتروجين للتربة هو إحدى مميزات الفصيلة البقولية، الأمر الذي يساهم في زيادة خصوبتها ، يتألف النفل من ٠٠٣ نوع ، أهمها بالنسبة لإنتاج العسل .

الاسم الشائع : النفل الأبيض . نوارة البرسيم

الاسم بالإنجليزية : WHITE DUTCH CLOVER

الاسم العلمي : TRIFOLIUM REPENS

موطنه غرب آسيا وأوروبا وشمال أفريقيا ، تنتشر زراعته في كافة أنحاء العالم كمحاصيل مراعي وقد أصبح شائعًا جدًا في شمال أميركا ونيوزيلاندا . ينمو بين مختلف المحاصيل الزراعية وخاصة البرسيم ، لا يرتفع كثيراً عن سطح الأرض ، أزهاره بيضاء اللون ويتراوح قطر الزهرة ٥,١ سم . تزهر النبتة في أواخر الربيع .

الاسم الشائع : النفل الأحمر

الاسم الانجليزي: RED CLOVER

الاسم العلمي : TRIFOLIUM PRETENSE

موطن النفل الأحمر أوروبا وغرب أسيا وغرب أفريقيا ولكن زراعته تنتشر في كافة أنحاء العالم . تزهر النبتة طوال فصل الصيف ولون الأزهار أصفر وردي . يستعمل مستحضر النفل الأحمر لعلاج عوارض سن اليأس ويوصف للسعال



والأكزيما والالتهابات الجلدية ، يقوي جهاز المناعة وهو طارد للريح والبلغم ، مضاد للتجلط ، يساعد في علاج ضغط الدم العالي (مع الأدوية التي يصفها الطبيب) ويساعد في التخلص من الأرق ، يعتبر مضاد حيوي ويقول المعالجون بالطب الطبيعي أن النفل الأحمر يساعد في حالات سيلان السوائل اللمفية واحتباس السوائل.

الاسم الشائع : الحندوق ، إكليل الملك ، النفل الأصفر

الاسم بالانجليزي : YELLOW SWEET CLOVER

الاسم العلمي : MELILOTUS OFFICINALLIS

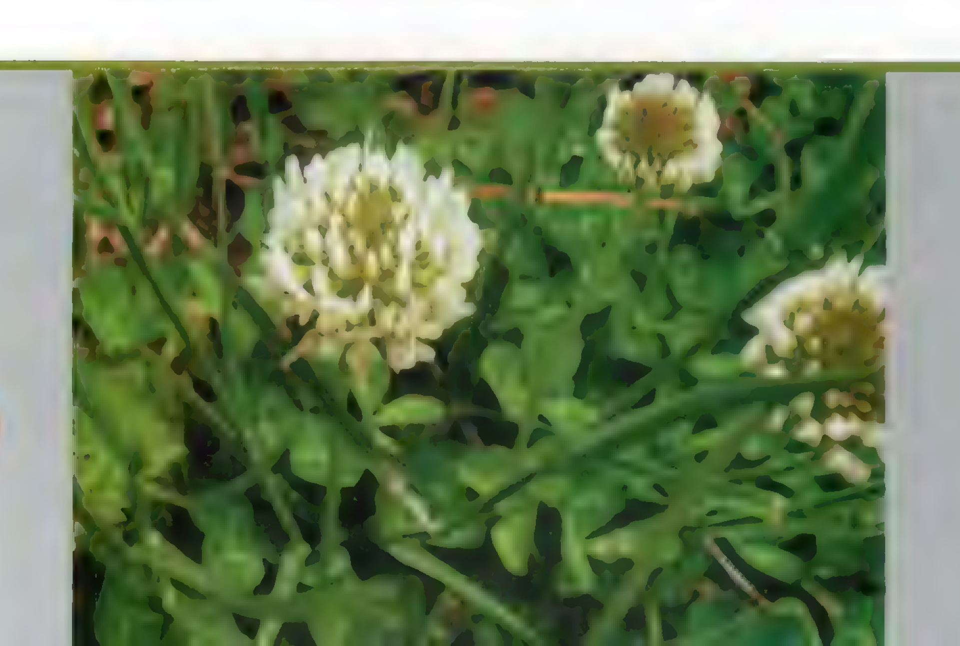
تنتشر زراعة الحندوق في أميركا الشمالية وأستراليا وأفريقيا وجنوب شرقي أوروبا والأناضول ، وهو نبات حولي يتأقلم مع مختلف أنواع التربة والمناخات ، ينمو في الحقول والمروج وعلى جوانب الطرق ، يبلغ ارتفاع النبتة من ٦٠ إلى ١٢٠ سم ولها رائحة زكية . يستخدم هذا النفل بكثرة كعلف مواشي ، يزهر الحندوق في الربيع والصيف (حوالي أسبوعين أو ثلاثة قبل أزهرار النفل الأبيض) ، لون الأزهار أصفر وهي غزيرة الرحيق.

الاسم الشائع : النفل السويدي

الاسم الانجليزي : ALSIKE CLOVER

الاسم العلمي : TRIFOLIUM HYBRIDUM

موطن النفل السويدي أوروبا وتنتشر زراعته في بريطانيا والمناطق المعتدلة ، تنمو في الحقول وعلى جوانب الطرقات ، يتراوح طول النبتة من ٣٠ إلى ٦٠ سم ، وتزهر من أبريل إلى أكتوبر ، لون الأزهار زهري فاتح أو زهري مائل إلى الأبيض ويتراوح قطر الزهرة ما بين ٢ إلى ٣ سم .



مواصفات العسل

الصفات العامة :

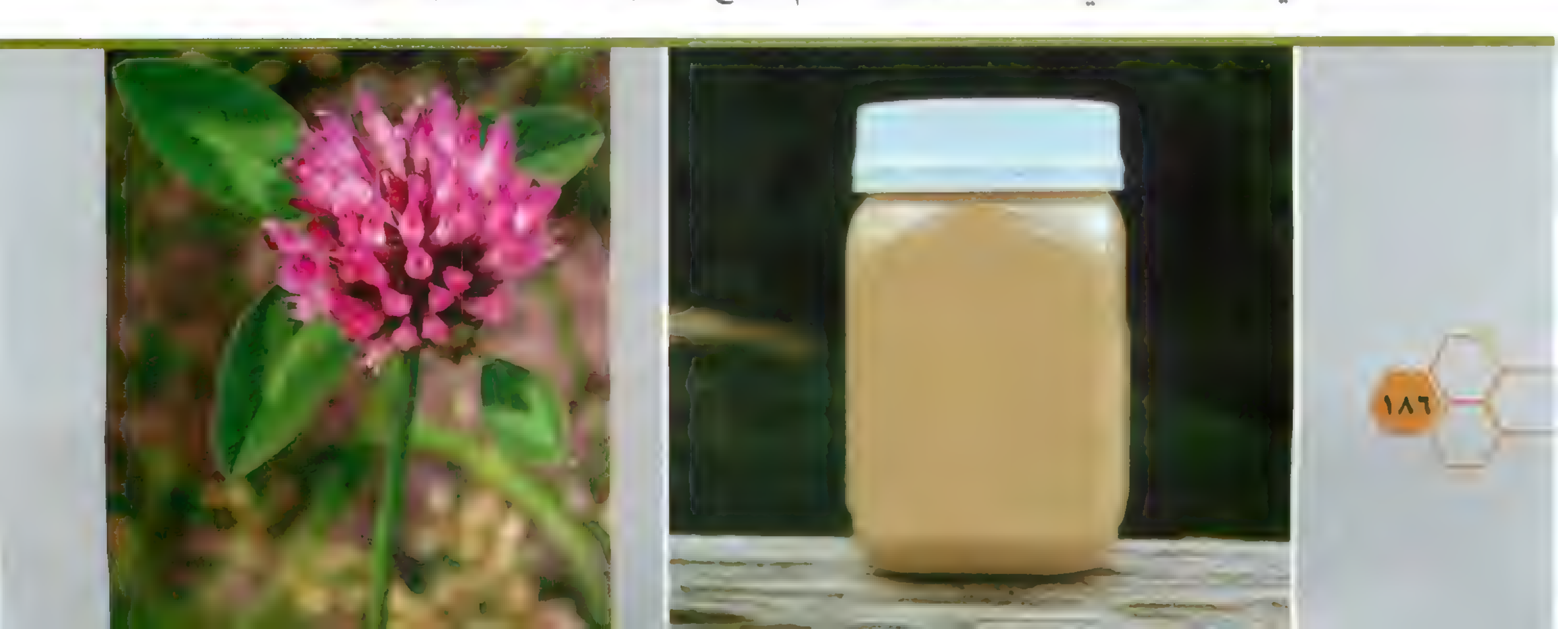
معظم الناس يعتبر عسل النفل كمقياس على اللون والنكهة ورغم أنه أكثر أنواع أزهار العسل انتشارًا ، ما يزال يعتبر من نوعية فريدة وخاصة أنواع النفل الأبيض والنفل الأحمر والحندوق والنفل السويدي .

من أهم النباتات المنتجة للعسل . واعتمادًا على المصدر الزهري والموقع يتفاوت لون عسل النفل من الأبيض الشفاف إلى العنبري الفاتح جدًا ، مذاقه سلس ورقيق يعتبر عسل النفل أحد أفضل أنواع العسل ذات المصدر الزهري الواحد، لكن عسل النفل الصافي ١٠٠٪ يعتبر نادرًا ، لأن النفل يزرع بين محاصيل أخرى وخاصة البرسيم وعندما يزورها النحل يأخذ رحيق جميع الأزهار المتاحة ، معظم أنواع العسل ذات اللون الفاتح والمذاق المعتدل هي مزيج من أعسال مختلفة وتباع أحيانًا على أنها عسل النفل لدواعي التجارة غير الأمينة .

يتبلور عسل النفل بعد عدة شهور من جنيه (يجنى طوال الصيف وأواخر الخريف)، الدول المنتجة والمصدرة الرئيسية ، الولايات المتحدة ، كندا ، السويد ، نيوزيلاندا، بريطانيا.

الاستخدامات الصحية والعلاجية

- عسل الحندوق (النفل الأصفر) : لونه أصفر فاتح ، رائحته عطرية نافذة ومذاقه سلس ، له خصائص مسكنة ومدرة للبول ، طارد للبلغم مضاد للبكتيريا ومضاد للتشنجات العضلية ويحفز إدرار الحليب عند الأم المرضعة ، يستخدم طبيًا في علاج تصلب الشرايين القلبية والدماغية وضغط الدم العالي ، خارجيًا يستعمل كلصوق مع العكبر لعلاج الجروح الملتهبة ، لهذا النوع من العسل تأثير حاسم على التهابات الثدي وأورام المفاصل الناتجة عن الروماتيزم ، استعماله في الطب الشعبي أكثر انتشارًا ويستخدم لعلاج التهاب القناة التنفسية المزمنة



والتهاب الشعب الهوائية والمغص والاستقاء وأوجاع الجهاز البولي وصداع الشقيقة والأرق .

- عسل النفل الأحمر/ نكهة هذا العسل أغنى من نكهة عسل النفل الأبيض يتميز بشذا عطري فواح ولونه الذهبي الخفيف. محصوله أقل بكثير من محصول عسل النفل الأبيض. أكثر الدول إنتاجا الولايات المتحدة وكندا ونيوزيلندا. جاء على ذكر فوائده العلاجية في كتب الطب الصيني القديم ووردت في مخطوطات ابقراط اليوناني قبل ٣٠٠٠ سنة.

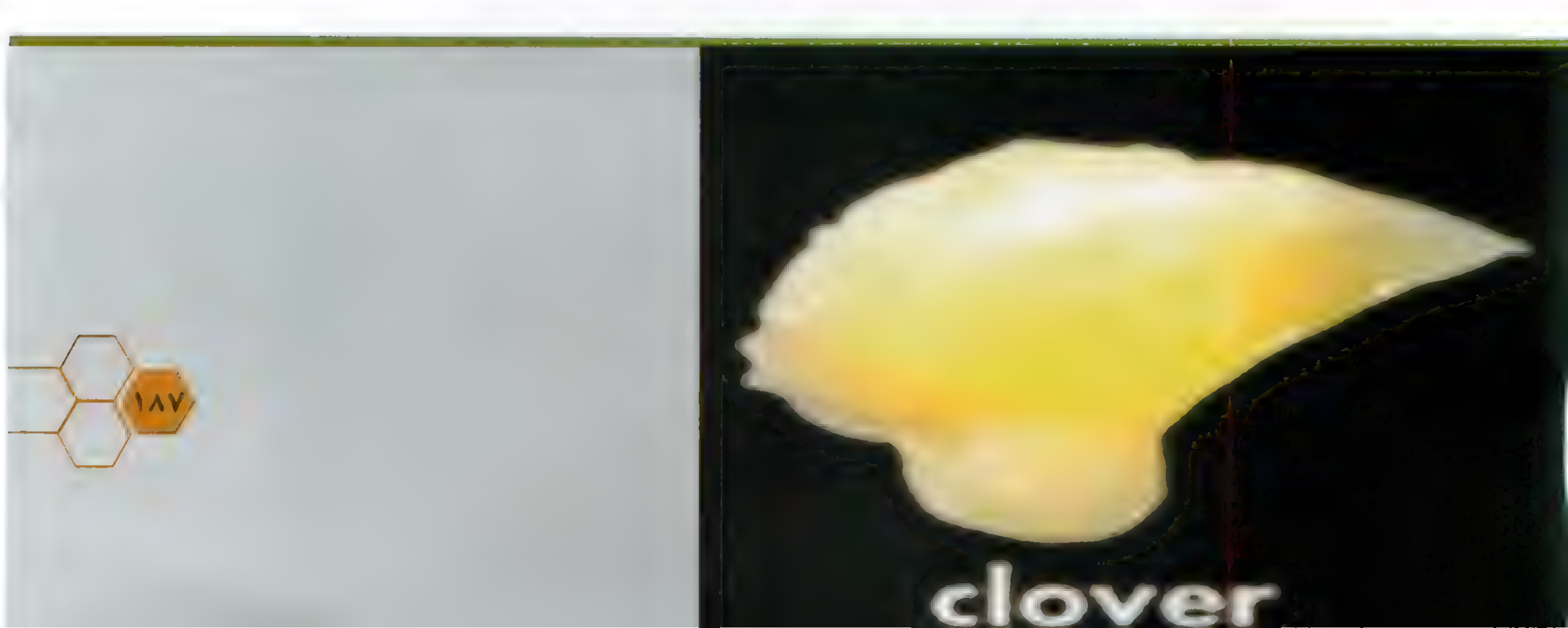
- يساعد في علاج الجروح .
- يستعمل كمرهم للعين .
- يخفف احتقان إذا مزج مع القليل من عصير الليمون الحامض.
- فعال في مقاومة تطور البكتيريا.
- عسل النفل الابيض/

عامة عندما يشار إلى عسل النفل يكون المقصود, عسل النفل الأبيض, لأنه يشكل حوالي ٨٠٪ من إنتاج جميع أنواع عسل النفل وهو أكثرها انتشارا في العالم. ويعتبر العسل الأول من حيث الإنتاج في الولايات المتحدة.

اللون اصفر فاتح, المذاق سلس خفيف, القوام كريمي ناعم, والنكهة تشبه نكهة الليمون أفندي, له رائحة عشبية ويتبلور بسرعة بعد القطاف في أواخر الصيف. من فوائده الصحية: ينظم ضغط الدم ويتحكم بمشكلات الكبد.

- عسل النفل السويدي /

الأقل محصولا بين أنواع عسل النفل الأخرى. يشبه في مواصفاته وصفاته الصحية والعلاجية عسل النفل الأبيض مع ميل إلى عسل البرسيم في اللون والقوام.



عسل القطن

COTTON HONEY

الوصف النباتي :

الاسم الشائع : القطن

الأسماء العلمية : GOSSYPIUM HIRSUTUM

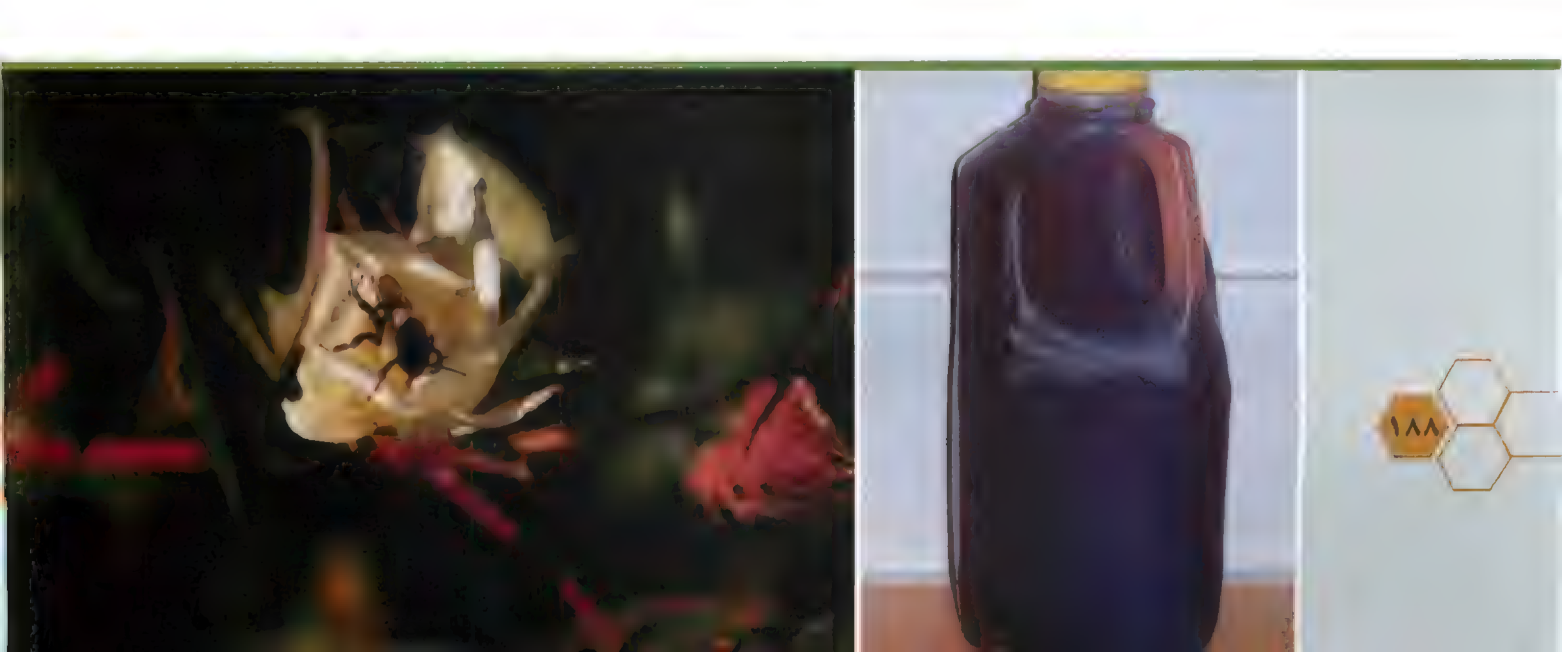
GOSSYPIUM ARBORETUM

تنتشر زراعة القطن في كثير من بلدان العالم ، أهمها الولايات المتحدة ، كندا ، الهند، الصين ، باكستان ، وتوجد زراعة قطن مهمة في البرازيل وسوريا وأوزبكستان ومصر وغيرها ، يزهر القطن في شهري يوليو وأغسطس .

تعتبر زهرة القطن من أهم نباتات العسل وهي المصدر الزهري لما نسبته ٣٥ إلى ٤٥ بالمئة من انتاج العسل العالمي .

وصف العسل :

يجنى عسل القطن بدءًا من منتصف شهر أغسطس إلى أوائل سبتمبر ، يتراوح لونه بين الأبيض إلى الأصفر الشاحب أو العنبري الفاتح جدًا (كهرماني) . له رائحة خاصة ومذاق سلس ، شديد الحلاوة (يعتبر من أفضل بدائل السكر في



الشاي والحلوى .. إلخ) . يبقى عسل القطن متبلورًا طوال الوقت ، نكهته المميزة وكثافته ومذاقه تجعل هذا العسل مطلوبًا جدًا عند المستهلكين ، وأفضل خيار بين أنواع العسل الأخرى خاصة أنه غني بالعناصر الغذائية المختلفة ، مع ذلك يعتبر أقل جودة من عسل البرسيم وأرخص سعرًا ، أهم الدول المنتجة والمصدرة لعسل القطن ، الولايات المتحدة ، (٥٠٪ من كاملا إنتاج العسل عندها) وكندا والصين ومصر والبرتغال.

الفوائد الصحية والعلاجية :

- لدى عسل القطن صفات مضادة لكثير من أنواع البكتيريا (منها العصيات المكورة و أي كولي والتهابات الجهاز التنفسي) بسبب احتوائه على مركبات الفينوليك.
- خافض للكلسترول الضار (LDL) والدهون الثلاثية .
- يفيد كعامل مساعد في أمراض الكبد والتهاب المجاري البولية .
- يقوم عسل القطن بشمعه بوقاية أنسجة الجسم ويفيد في تخفيف آلام الصدر والسعال والتهاب اللوزتين .
- يعالج الطفح الجلدي والدمامل والخراجات والجروح والأفات الجلدية .
- يسهم في إزالة رائحة الفم الكريهة .
- علاج مكمل لالتهاب الجيوب الأنفية و التهاب غشاء المعدة المخاطي.



عسل عصا الذهب

GOLDENROD HONEY

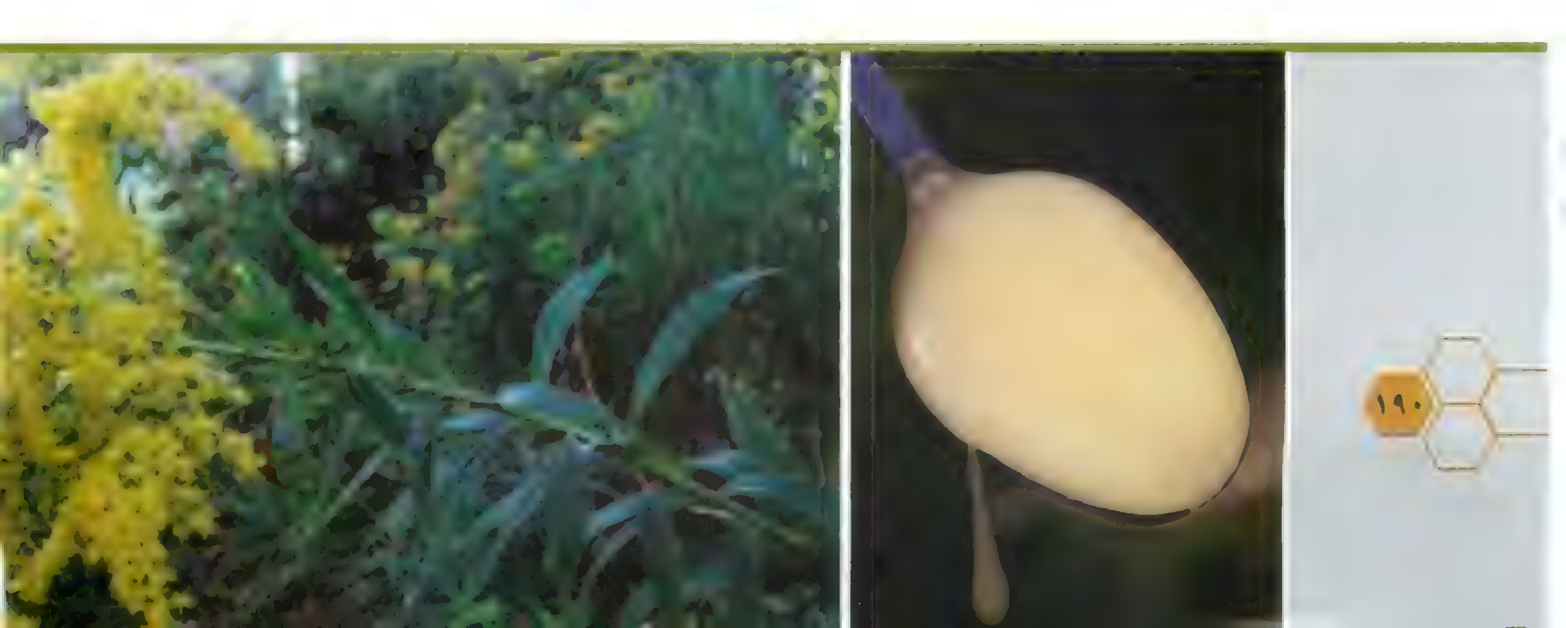
الوصف النباتي

الاسم الشائع : عصا الذهب

الاسم العلمي : SOLIDAGO

نبات مزهر معمر , ينمو على المروج والمراعي وجوانب الطرق والأخاديد في أمريكا الشمالية والجنوبية وآسيا الصغرى . بدأت زراعة بعض أنواع من هذه النبتة في أوروبا وأماكن أخرى من العالم . وهي تحتاج إلى تربة حمضية والرطوبة المناسبة والطقس الدافئ خلال فترة الإزهرار الخريفي حتى يكون رحيقها غزيرا يستطيع النحل أن ينتج منه كميات كبيرة من العسل. يصل طول النبتة من ٦٠ سم إلى ١٥٠ سم . الأزهار صفراء اللون وتكون على شكل عناقيد كبيرة .

لنبتة عصا الذهب عدة خصائص مطهرة ومضادة للالتهاب . يمكن استعمالها لعلاج التهاب الكلية والتهاب المثانة.



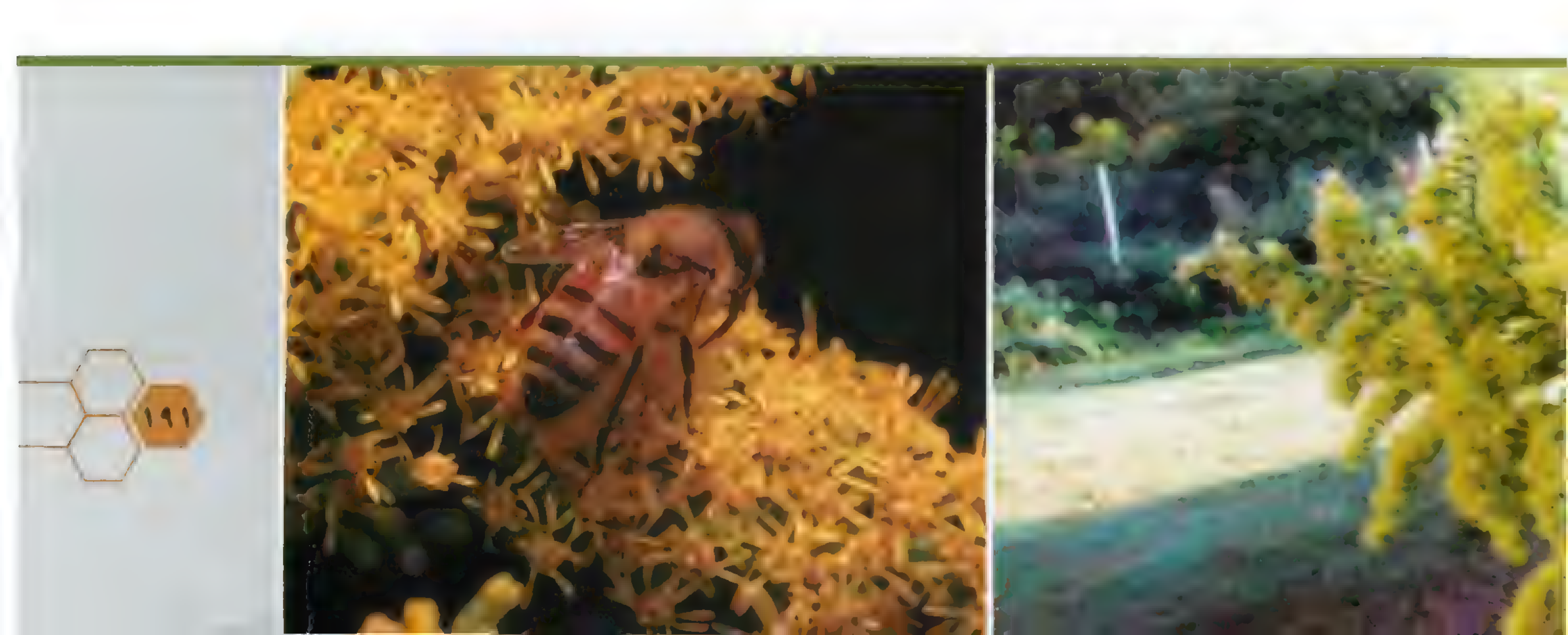
مواصفات العسل

يقطف عسل عصا الذهب في منتصف الخريف . ويكون في أكثر الأحيان داكن اللون قوي الرائحة حاد المذاق لكن عندما يكون الإنتاج غزيرا يكون لون العسل عنبري فاتح ومذاقه أشبه بمذاق القرفة (لون العسل يتفاوت من موسم لاخر) . عندما يكون النحل في مرحلة إنضاج العسل تفوح منه رائحة ومذاق العفن لكن عندما ينضج العسل تصبح رائحته ومذاقه أفضل ومقبولين .

قوام هذا العسل سميك ولزج , يتبلور بسرعة إلى مايشبه الدبس . أكثر المناطق إنتاجا شمال الولايات المتحدة وشرقي كندا والمكسيك .

الفوائد الصحية والعلاجية

- يحتوي عسل عصا الذهب على البيوفلافونيدات BIOFLAVONOIDS التي تقوي الشرايين ولهذا ينصح به للنساء الواتي يعانين من الدوالي .
- طارد للغازات ويخفف المغص والنفخة في المعدة .
- مضاد للفطريات لذلك يمكن غسل كامل الجسم بمحلول من ٣ ملاعق عسل مع ماء مغطس الحمام .



عسل البيقية

HAIRY VETCH HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : البيقية ، البيقية الموبرة

الاسم العلمي : V. VILLOSA

البيقية جنس من النباتات المزهرة من الفصيلة البقولية يضم ١٤٠ نوعًا أهمها الفول و العدس . تنمو بريًا في كثير من المناطق ، من أشهر أنواعه المزروعة البيقية الموبرة والبيقية البلغارية و الفلسطينية والأميركية والفرنسية . يعتبر كثير من أنواع البيقية نبات غازي ضار بالحقول الزراعية . لهذا الجنس استخدامات زراعية هامة ، مثل العلف ، العلف الأخضر للزراعات العضوية، تثبيت النيتروجين في التربة ، الأنواع التي تعطي الرحيق هي البفية الموبرة (V. VILLOEA) والبيقية المنعقدة (V. CARCCA)

موئل البيقية المنعقدة أوروبا وآسيا وتنتشر زراعتها في كل مناطق الولايات المتحدة . نبات حولي متسلق ، بنورات عنقودية بسيطة تحمل الأزهار بشكل افرادي .

موئل البيقية الموبرة غرب أسيا وأوروبا ومنها البيقية البلغارية التي تعطي كميات وافرة من الرحيق وحبوب اللقاح ويستمر الدفق أطول من أنواع البيقية الأخرى . وتنتشر أيضًا في الولايات المتحدة ، تزرع البيقية لاستعمالها كعلف.

البيقية الموبرة نبات متسلق ، يزهر في باكر الربيع ويستمر دفق الرحيق حتى منتصف مايو ، لون الأزهار أزرق فاتح إلى أرجواني داكن إلى بنفسجي ، وتحمل



نوارات عنقودية الأزهار.

وصف العسل

رغم غزارة الرحيق وحبوب اللقاح ، يجد النحل صعوبة في جمعها لأنها تتموضع عميقًا في كأس الزهرة ، ويحتاج الأمر إلى مساعدة بشرية ، تعتبر البيقية من نباتات العسل الهامة . لأنها تعطي رحيق وحبوب لقاح وفيرة ، وتعطي ما يكفي لإنتاج فائض من العسل في بعض الولايات الأميركية وبلغاريا ، ويعتبر من أبكر النباتات التي تعطي محصول عسل رئيسي . وبسبب التزهير المبكر يجب أن تكون خلايا النحل قوية جدًا بعد سباتها الشتوي للتمكن من جمع محصول عسل فائض.

لون العسل أبيض أو أصفر شفاف ، قوام سائل يتبلور بعد حين ومذاقه جيد يتقبله المستهلكين بنكهة اليانسون والفانيلا ، مع رائحة عطرية خفيفة .

إنتاج هذا العسل متقلب دون سبب ، ففي منطقة ما يعمل النحل طوال النهار على أزهار البيقية ، ولا يقرب الأزهار الموجودة في منطقة أخرى تبعد بضعة كيلومترات فقط من المنطقة الأولى ، وفي منطقة أخرى يرعى على كافة أنواع الأزهار الموجودة فيها . ينتج بصورة واسعة في الولايات وبلغاريا وصربيا . ويعتبر من أفخر أنواع العسل.

الخواص الصحية والعلاجية

لا توجد معلومات حول فوائد عسل البيقية خاصة به .



عسل الخلنج

HEATHER HONEY

مواصفات النبات

الاسماء الشائعة : الخلنج ، العنيبة ، الآس البري

الاسم العلمي : CALLUNA VULGARIS

تنتمي هذه النبتة إلى الفصيلة الخلنجية التي تحتوي على ٨٥٠ نوعًا منتشرًا في كافة أنحاء العالم . من أشهر نباتات هذه الفصيلة ، عنب الأطرش ، والعنيبة والآس البري ويتبع هذه الفصيلة نبات النبش الذي ينمو جنوب غرب المملكة العربية السعودية واليمن ويقتات عليه النحل ... بعض أنواع هذه الفصيلة مثل الورد البري (RHODENDORON) ، سام يقتات عليه النحل وعسله ويسبب لآكليه ما يسمى جنون العسل .

الخلنج خميلة حولية يتراوح طولها ما بين ٢٠ إلى ٥٠ سم (نادرًا تصل إلى طول متر) وتنمو على نحو واسع أوروبا وآسيا الصغرى وغربي البحر المتوسط على أراضي مروية جدًا وذات تربة حمضية . يتفاوت لون الأزهار ما بين الأبيض والزهري ومختلف درجات اللون القرمزي بما فيها اللون الأحمر .

مواصفات العسل :

تعطي أزهار الخلنج التي على شكل جرس عسل سائل القوام يسهل فرزه بالنبذ



أما أزهار الخلنج الـ CALLUNA VULGARIS LINY فتعطي عسل كثيف القوام لزج ويتم فرزه بالعصر.

لون عسل الخلنج عنبري غامق ذو نكهة قوية وقوامه مثل قوام المربيات ، ونظرًا إلى الحاجة لتقنيات خاصة كي يتم فرزه ، وإلى ندرته وصعوبة جنيه يجعله بمثابة سيارة الرولس رايس بين أنواع العسل الأخرى ، ويباع بأسعار أغلى من أي عسل آخر في بريطانيا وأوروبا بسبب ما سلف ذكره حول صعوبة فرز هذا العسل ، يجري بيعه في غالب الأحيان مع شمعه ، ويعتبر عسل خاص جدًا وهو من المأكولات التي إما يحبها الناس بشدة أو ينفرون منها تماما ، يتبلور عسل الخلنج بسرعة شذاه مزيج من رائحة الينسون وعرق السوس والكراميل ومذاقه يحاكي مذاق حلوى الكراميل.

أحيانًا يجنى عسل خلنج أبيض اللون ، ويعتبر فأل حسن ويباع بأسعار خيالية .

أهم البلدان والمناطق المنتجة لعسل الخلنج الجزر البريطانية ، البرتغال ، ايطاليا ، وأسبانيا ، وتتميز إيرلندا وأسكتلندا بأنهما الأكثر تصديرًا لهذا العسل .

الفوائد الصحية والعلاجية :

- يعزز حيوية الجهاز الهضمي .
- غني جدًا بالبروتينات ، مما يعوض عن البروتينات في اللحوم الحمراء الضارة .
- يعمل على احتواء الأورام في الجسم ، ويمنعها من التحول إلى خبيثة .
- غني بمضادات الأكسدة .
- غني بالمعادن النادرة التي يحتاجها الجسم مثل السيلينيوم .



عسل الفراسيون الأبيض

HOREHOUND HONEY

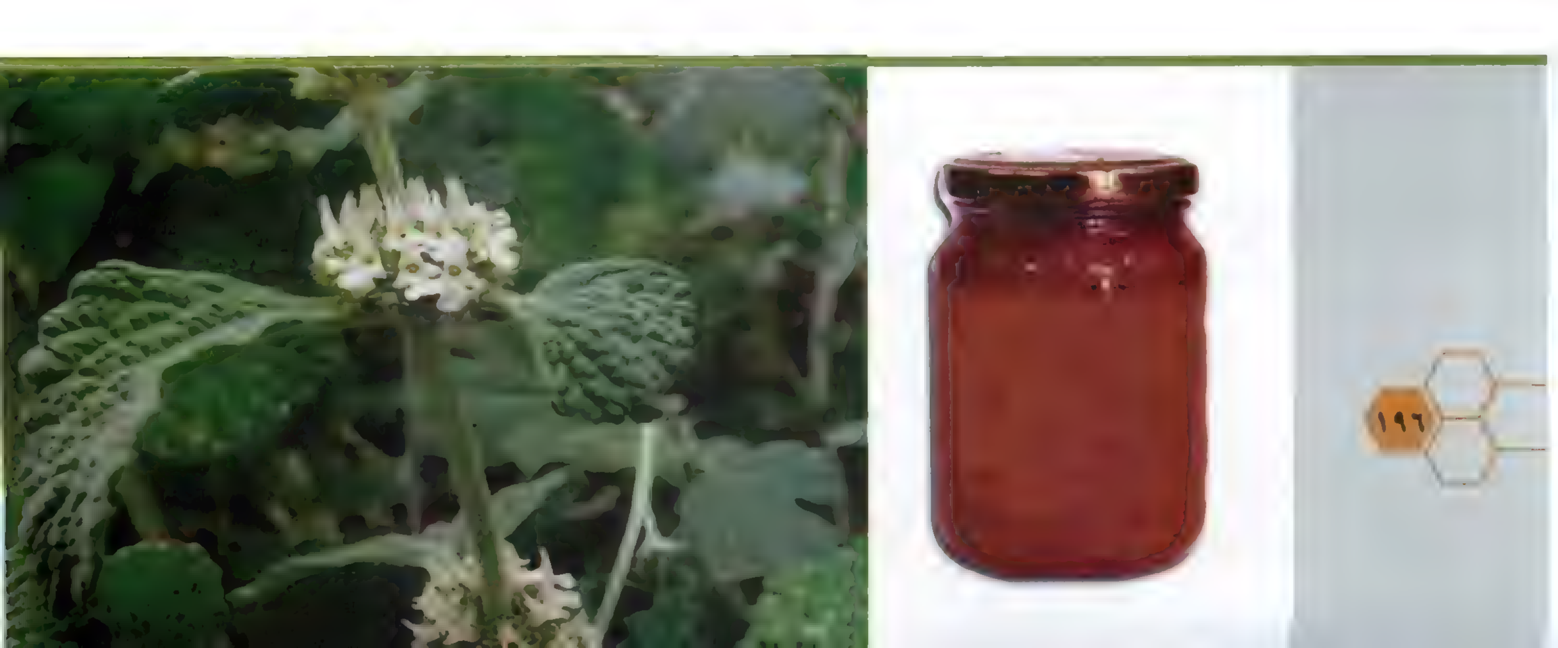
وصف النبات

الاسم الشائع : الفراسيون , الفراسيون الابيض

الاسم العلمي : MARRUBIUM VULGARE

الفراسيون نبات عشبي مزهر ثنائي الحول من الفصيلة الشفوية ينتشر في أوروبا وغرب آسيا وشمال أفريقيا .ينمو على الأراضي وجوانب الطرق . وهو نبات دغلي كثير السويقات التي تصل ارتفاعها إلى ٣٥ سم . يجود نموه في التربة الجافة الفقيرة . له رائحة مسكية مميزة تتلاشى بعد تجفيفه , وتندثر مع مرور الوقت .يزهر الفراسيون بعد بلوغه العام الثاني من العمر تظهر الأزهار البيضاء اللون من يونيو إلى سبتمبر ملتفة بكثافه حول محور صوفي الملمس . وتكون مغطاة بالوبر .

عرف الفراسيون منذ زمن طويل بفاعليته في علاج مشاكل الرئتين والسعال والربو , وإزالة البلغم . كما استعمل لعلاج عضة الكلاب المسعورة (ناقلة داء الكلب) .



وصف العسل

مايزال الفراسيون ينتج بالطرق التقليدية ويكون عسل الفراسيون من مصدر زهري واحد , إذا لم يكن مجاورا لنباتات الكينا والكستنا وغيرها ومستبعدا عن المنطقة الزراعية . لونه أصفر فاتح يتبلور بسرعة رائحة ومذاق خفيفان غير مميزان .

الخواص الصحية و العلاجية

- يعالج السعال
- يساعد في تخسيس الوزن والوقاية من البدانة
- يعالج التهاب القصبات الهوائية ويخفف من مرض السل



عسل الطيون

INULA HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة العربية : الطيون في بلاد الشام،العرفج في الجزيرة العربية ،بركمان في شمال أفريقيا. والمنتنة(تسميه شعبية) .

الاسم الأجنبي : أنيولا ،أنيولا الإنجليزية ،أنيولا اليابانية ،اللزجة

الاسم العلمي : OITTRICHIA VISCOSA

الطيون جنس واسع من النباتات المزهرة الثنائية الحول يتألف من ٩٠ فصيلة من العائلة الشفوية رتبة الكافور ، موطنها أوروبا وآسيا وأفريقيا المتوسطية ، يصل ارتفاع العشبة ما بين ٥٠ و ٧٥ سم ، الأزهار ثنائية الجنس (خنثى) تظهر من منتصف الصيف حتى أوائل الخريف لون أزهار الفصيلة التي تعطي عسل الطيون المعروف بـ عسل إينولا ذات لون أصفر فاقع و رائحة كريهة تشبه الكافور ، تزرع هذه الفصيلة في عدة مقاطعات صينية عديدة من أجل فوائدها الطبية.

يعرف الطيون بأنه عشب طبي ، استعمل منذ الأزمنة القديمة وأثبت الطب الحديث صحة معظم مقولات الطب الشعبي القديم.

وتستعمل زهور الطيون المجففة ذات المذاق المر لعلاج عسر التنفس والسعال ، ولإخراج البلغم الكثيف.



وصف العسل

يأتي هذا العسل بصورة رئيسية من إيطاليا وتنتج كميات قليلة منه في أسبانيا وسلوفينيا وجنوب فرنسا . لونه عنبري فاتح إلى أصفر. وبسبب تبلوره السريع جدًا ، أحيانًا داخل الأقراص ، وصعوبة فرزه وتصفيته أو استحالتهما إلا إذا جرت العملية بالتوقيت المناسب بالساعة والدقيقة . ينصرف الاهتمام التجاري عن هذا العسل ويكون المحصول متقطعًا وغير أكيد رغم أنه يعتبر من أرقى أنواع العسل الطبي.

الخواص الصحية والعلاجية

إذا وجد هذا العسل فله خواص زهور الطيون الطبية :

- يعالج صعوبة التنفس والسعال.
- يعالج ضيق الصدر المتأتي من تراكم البلغم الكثيف.
- يزيل حرارة الجسم المرتفعة.
- يساعد على استعادة التماسك الحيوي للجسم.



عسل كاماهي

KAMAHI HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع: كاماهي

الاسم العلمي : WEINMANNIA RACEMOSA

الكاماهي أشجار معمرة دائمة الخضرة من الفصيلة العنقودية . تنموعلى الأراضي الواطئة وسفوح الجبال , في الغالب هي أشجار متوسطة الحجم لكن قد يصل ارتفاع بعضها الى ٨٠ متر . أشجار كاماهي هي الأكثر وفرة بين أشجار الغابات النيوزلاندية . هي وحيدة الجنس تفضل التربة القلوية تزهر شهري يوليو ويونيو , لون الأزهار يكون أحيانا أبيض وأحيانا وردي , كان شعب الماوري يضع أهمية بالغة على استخدامات هذه الشجرة ويعتبرها شجرة مقدسة .



وصف العسل

تقليديا , يعتبر عسل كاماهي من أكثر أنواع العسل النيوزلاندي التي لم تأخذ حقها بالكامل؛ لأن رحيق أزهار أشجار الكاماهي التي تنمو على كافة الجزر والمقاطعات النيوزلاندية , تتنافس الأزهار مع المصادر النباتية الأخرى للرحيق (التي تسهم بدورها في تركيبة الرحيق النهائي للعسل) . وعليه تتفاوت خواص العسل بين موقع واخر فتجد لون عسل الجزيرة الجنوبية أصفر ذهبي ولون عسل الجزيرة الشمالية أصفر عنبري , لكلاهما رائحة عطرية قوية , لكن رائحة العسل الشمالي أكثر نفاذا .

يعتبر عسل كاماهي عسل درجة أولى خاص يتميز بمذاقة الحلو وقوامه الزبدي . يتبلور مع مرور وقت قصير , يجنى هذا العسل في خريف نيوزلاندا (ربيع النصف الشمالي).

الخواص الصحية و العلاجية

- يوفر الطاقة والنشاط للجسم .
- يهدئ الام الحلق و البلعوم .
- يغذي الجلد ويجدد خلاياه .
- يقاوم الأرق ويساعد على النوم الهانئ .



عسل اللافندر

LAVANDER HONEY

الوصف النباتي:

الأسماء الشائعة : اللافندر ، الخزامى ، الضرم ، خزام

الاسم العلمي : LAVENDULA

اللافندر جنس من النباتات الشفوية يشمل ٢٩ نوعًا منها أنواع هجينة . أشهر أنواعه:

- LAVENDULA DENTATE أو اللافندر الفرنسي ينتشر في أسبانيا والجزر المتوسطية وشبه الجزيرة العربية .
- LAVENDULA MULITI FIDA أو اللافندر المصري وينتشر في مصر وشمال أفريقيا وصقلية والبرتغال وجنوب أسبانيا وجزر الكناري.
- LAVENDULA ANGURTIFOLIA أو اللافندر العادي وينتشر على سواحل البحر الأبيض المتوسط وجنوب وغرب أوروبا

اللافندر نبتة معمرة يصل ارتفاعها إلى حوالي المتر ، لون أزهارها بنفسجي أو قرمزي أو أبيض موشح بالوردي ، تتجمع في نورات سنبلية تحملها ساق طويلة . تتفتح الزهور دون انقطاع من بداية الصيف حتى أوائل الخريف . وتحمل زيتًا عطريًا له فوائد صحية وعلاجية كثيرة .



مواصفات العسل :

يجنى عسل اللافندر من منتصف الصيف إلى أوائل الخريف وهو عسل مميز يتمتع بشعبية كبيرة في جميع أنحاء العالم ولا ينافس من حيث غناه الغذائي ورائحته ومذاقه المنفرد . يتراوح لونه من عنبري فاتح وبيج غامق ، سميك القوام ولزج نظرًا إلى الوجود الطبيعي لحبوب اللقاح وشمع العسل فيه ، لمذاقه حلاوة رقيقة ورائحته نافذة . الدول الرئيسية المنتجة والمصدرة لعسل اللافندر أسبانيا وفرنسا وجزيرة صقلية . وينتج بكميات قليلة نسبية في دول أوروبا الجنوبية وشمال أفريقيا والشرق الأوسط . تنتج دول شبه الجزيرة العربية عسل لافندر خاص يدعى (عسل الضرم) ويرد شرحه في مكان لاحق .

الفوائد الصحية والعلاجية :

يستمد عسل اللافندر خصائصه الصحية والعلاجية من خصائص زهرة اللافندر المعروفة منذ القدم .

- يعتبر بديل صحي عن السكر .
- يساعد على الارتخاء بعد يوم متعب من العمل
- يساعد على النوم الهانئ
- يزيل المغص ويطرد الغازات .
- يساعد على تخفيف أعراض القولون العصبي ، ويسهل الهضم .
- يعجل في شفاء الجروح والحروق.



عسل أوهيا – لهوا (العسل البركاني)

OHI'A – LEHUA HONEY

الصفات النباتية

الاسم الشائع : لهوا ، زهرة البركان

الاسم العلمي : METRO SIDEROS POLYMORPHA

تقول أسطورة السكان الأصليين لجزر هاواي (ولا نؤمن بصدق هذه الأسطورة) أن سيدة البراكين، الساحرة « بيلي» وقعت في غرام الشاب الوسيم (أوهيا) وتوددت إليه .

لكن أوهيا كان يحب الفتاة الجميلة لهوا.

وفي لحظة جنون غيرة قامت بيلي بتحويل أوهيا إلى شجرة قبيحة معقوفة الشكل ، تنمو على الجزر البركانية ، انهارت لهوا من هول ما فعلت الساحرة ، فندمت بيلي على ما فعلت ، ومن باب الشفقة على لهوا حاولت مع سحرة الجزيرة الآخرين قلب اللعنة وإعادة اوهيا إلى طبيعته الإنسانية ، لكنهم لم يفلحوا ، فحولوا لهوا إلى زهرة جميلة ووضعوها على شجرة أوهيا كي لا يفترق الحبيبان ، تستطرد الأسطورة أن المطر يهطل غزيرًا إذا قطفت أي زهرة لهوا، ما يرمز إلى انهمار دموع الشابين (انتهت الأسطورة التي من الخيال).

في علم النبات : (أوهيا) من جنس الأشجار المزهرة الدائمة الخضرة ، من الفصيلة الآسية ، تستوطن أكبر ستة جزر في أرخبيل هاواي. يتراوح ارتفاع الأشجار ما بين ٢٠ إلى ٢٥ متر في الظروف المناخية المناسبة ، وتكون أقصر من ذلك بكثير عندما تنمو على أرض صخرية بازلتية ، تتأقلم أشجار (أوهيا) مع كافة أنواع التربة



ودرجات الحرارة وشدة الأمطار . نجدها تنمو على سواحل البحر وعلى ارتفاع ٢٥٠٠ متر . وتشكل جزءًا من الغابات الضبابية (ارتفاع ٤٠٠ م) . وتمتاز بأنها أولى الفصائل التي تنبت على الحمم البركانية المتصلبة ، أشجار أوهيا تعطي أزهار (لهوا) الرائعة الجمال ، لونها يتفاوت ما بين الأصفر والأحمر القاني والوردي والبرتقالي ، غنية جدًا بالرحيق ، لهوا من أزهار العسل القليلة التي موطنها الأصلي جزر هاواي ، بسبب اختلاف ارتفاع أشجار (أوهيا) عن سطح البحر تتفتح أزهار (لهوا) على مدار السنة ، لكن فصل الربيع يشهد أوج التزهير.

وصف العسل

عسل لهوا عسل موسمي يتوافر ثلاثة شهور في السنة فقط ، يقطف أوائل الصيف ، مذاقه رقيق بنكهة الزهور ، لونه ذهبي فاتح ، قوامه سميك جدًا ، يذوب في الفم مثل الزبدة . وهو العسل الأكثر ندرة من جزر هاواي ، يكون سائلاً عند الفرز لكنه يتبلور ويتحول إلى قوام كريمي بعد أسبوعين ، يباع عسل لهوا ، خام ، طبيعي ، غير مصفى ويحمل شهادة مصادقة رسمية ، أسعاره مرتفعة جدًا ويقطف مرة واحدة في السنة ولا يصدر بكميات تجارية خارج الجزر باستثناء قدر ضئيل إلى الولايات المتحدة ، تلبى الطلبات الفردية عبر البريد الإلكتروني .

الخواص الصحية والعلاجية :

- لأن عسل لهوا يباع خام ، طبيعي ، غير معالج ، يحتفظ بطبيعة كافة العناصر الغذائية ، وحيوية الأنزيمات .
- ملعقة كبيرة من العسل يوميًا ، تعتبر بديلاً لعدد من المكملات الغذائية التي توفر الأنزيمات المختلفة والفيتامين C والحيوية والطاقة .
- تنصح الحوامل بتناول ملئ ملعقة كبيرة من العسل يوميًا في الثلث الأخير من الحمل لتخفيف أوجاع المخاض وسلامة الحمل والجنين.



عسل ماكداميا

MACADAMIA HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : ماكداميا ، فستق برازيلي

الاسم العلمي : MACADAMIA CLAUDIENSIS

ماكداميا جنس من الأشجار المثمرة يتألف من ٩ أنواع تتفاوت أحجامها بين الصغيرة والكبيرة ، وهي دائمة الخضرة ، تحتوي ثمار الماكداميا نسبة من الدهون الأحادية المشبعة الصحية تفوق نسبتها في أي نوع من اللوزيات أو المكسرات ، كما تحتوي على الكالسيوم والفسفور والبوتاسيوم والسيلينيوم والحديد ومجموعة الفيتامينات B والأخيرة تجعل هذه المكسرات بديلاً صحيًا عن اللحوم الحمراء . وتعتبر مكسرات ماكداميا بنوعيها:

MACDAMIA INTEGRIFOLIA MACADAMIA TETRAPHYLLIA

من أهم المحاصيل الزراعية ويعتبر النوع الثاني المصدر الزهري الرئيس للعسل ، موطن هذه الشجرة أستراليا التي ما تزال المنتج والمصدر الأول لمكسرات الماكداميا تليها جزر هاواي ، وأندونيسيا وجنوب أفريقيا والبرازيل وكينيا ونيوزيلاندا وكاليفورنيا . وهي من أشجار الغابات الممطرة .

يدخل زيت الماكداميا الأساسي في الكثير من مستحضرات العناية بالجلد .

تزهر الماكداميا في منتصف الصيف و أوائل الربيع (فبراير إلى مارس) في النصف الشمالي من الأرض والعسل ربيعي ، ومن منتصف الصيف إلى أوائل الخريف في النصف الجنوبي من الأرض والعسل خريفي . لون الزهور أبيض وأحيانًا وردي ، وهي ذات شذا عطري ناعم .



وصف العسل

لون العسل عنبري كهرماني ، مذاق لوزي غني ، قوام سميك ولزج مثل الدبس ، شذاه مميز وفريد من نوعه ، لا يستطيع النحل جمع حبوب الطلح إلا بكميات ضئيلة لأن الحبوب توجد في ثنايا الأزهار الضيقة ، ولهذا تهتم بجمع الرحيق دون حبوب الطلح أحيانًا ، وعندما تنتهي من القطاف تضج خلايا النحل بالحركة ، ولكن ينقصها البروتين الذي تحصل عليه لاحقًا من زهور الكاليبتوس . أستراليا وهاواي هما البلدان المصدران الأساسيان لهذا العسل .

الخواص الصحية والعلاجية

- يعوض نقص الكربوهيدرات عند الأشخاص الذين يتابعون حمية مكثفة خالية من هذه العناصر لإنقاص الوزن .
- يحوي مجموعة كبيرة من الأحماض الأمينية (عددها ١٠) بنسبة عالية وهي المسؤولة عن بناء الخلايا في الجسم .
- يساعد في علاج ضغط الدم العالي .
- يعالج الإمساك.
- يخفض الكولسترول الضار والدهون الثلاثية في الدم علمًا أن مستواها يكون مؤشر على احتمال الإصابة بأمراض القلب.



عسل القرم

MANGROVE HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : الأيكة ، الشورى ، القرم

الاسماء العلمية : AVICENNIA MARINA

RHIZOPHORA MUCRONATA

BRUGOIERA GYMONRHIZE

الأيكة اسم جماعي يطلق على أنواع النباتات التي تنمو على المياه المالحة . تتكون من أشجار متوسطة الارتفاع وشجيرات متوسطة الحجم تنتشر على التربة الغضارية المترسبة عند السواحل المالحة ، تتحمل هذه الأشجار والشجيرات درجة ملوحة تتراوح ما بين الماء المالح قليلاً ، إلى ملوحة البحر ، والملوحة المركزة في المياه بفعل التبخير ، جذور الأشجار تكون ظاهرة لكي تمتص الأكسجين من الهواء.

من الـ ١٠٠ فصيلة المعروفة ، تشكل ٥٤ فصيلة فقط من ٢٠ جنس و ١٦ عائلة (الأيكة الحقيقي) . أهمها الفصيلة الأقنية AVI CENNIA MARINA ، التي تضم القرم وشوك الضب وتنتشر على نطاق واسع على سواحل البحر الأحمر والخليج العربي وخليج عدن وبحر العرب وخليج العقبة وجميعها دائم الخضرة . كما أنها فصيلة الأيكة الأكثر انتشاراً في العالم ، تمتد من سواحل البلدان العربية إلى السواحل الاستوائية وتحت الاستوائية في المحيط الهندي و حتى الصين وأستراليا وفيجي ونيوزيلاندا .. يعتقد بوجود سبع سلالات من هذه النباتات ولكن الفروقات الشكلية بينها غير واضحة . تزهر هذه الأشجار طوال السنة .

تشكل الأيكة ادغال ساحلية تحمي الشواطئ والمناطق المتاخمة من تعرية التربة



والعواصف والأعاصير.

تقوم كل من مصر والسودان وعمان بمشاريعٍ لتطوير غابات المانجروف . وتنفذ شركة أرامكو السعودية مشروعًا مماثلاً ضخما بالقرب من مصافيه في المنطقة الشرقية .

وصف العسل :

يجنى عسل المانجروف (الأيكة) القرم (AVICENNA MARINA) في أندونيسيا وبنغلادش والهند وفيتنام والسودان . وتنتج ولاية فلوريدا عسل المانجروف الأسود من فصائل أشجار أخرى .

عسل الأيكة سائل ، رطوبة عالية ، اللون عنبري داكن ، شديد المذاق قوي يشبه مذاق دبس الخروب ، رائحته عطرية زهرية ، يعتبر عسل الأيكة عسل غابات متعدد المصادر الزهرية ، ويصنف بأنه عسل فاخر درجة ممتازة .

بما أن عسل المانجروف متعدد المصادر الزهرية والمناطق الجغرافية نجد أن المذاق والرائحة واللون يختلف بين أعسال المناطق المختلفة .

الخواص الصحية والعلاجية

- تخفيف أوجاع الروماتيزم.
- يساهم في علاج القرحة المعدية واضطرابات المعدة .
- يعالج الملاريا .
- يعالج إخراجات الكبد.



عسل الماكيز البري

MAQUIS HONEY

وصف النبات

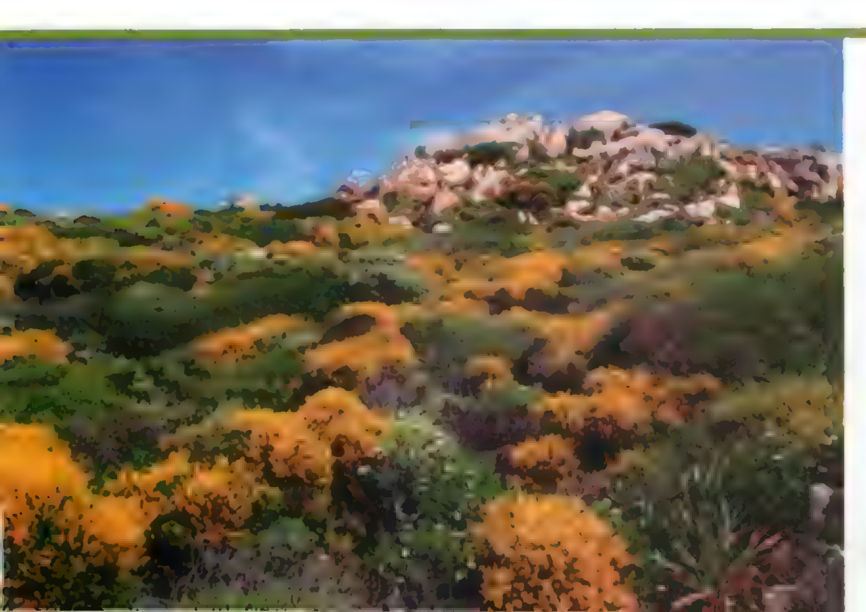
يطلق على أنواع العسل من مصادر زهرية متعددة أسماء عامة مثل العسل البري وعسل المراعي وعسل الجبال . وهذه الأعسال تختلف عن بعضها البعض تبعًا لجغرافية المكان والتنوع الأيكولوجي.

يطلق أيضا اسم عسل المراعي على الأعسال من نباتات السهول وعسل المروج الإنجليزي وعسل الدغل الأميركي وعسل الماكيز المتوسطي (عسل الروابي).

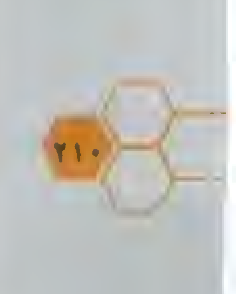
الماكيز دغل كثيف من شجيرات و أشجار صغيرة دائمة الخضرة تنمو على الروابي وسفوح الجبال الصخرية المجاورة لسواحل البحر الأبيض ، من جنوب فرنسا وكامل الساحل الايطالي وجزر كورسيكا و سردينا وصقلية واليونان وتركيا ولبنان . الفرق بين الماكيز ومروج إنجلترا هو ارتفاع النباتات .الارتفاع في الماكيز ما بين ٢ و ٤ أمتار والارتفاع في المروج ٢٠ إلى ١٠٠ سم . ويختلف الماكيز عن الدغل الأميركي الذي يتألف من مجموعة نباتات مختلفة .

يتألف الماكيز من أشجار السنديان والعرعر والزيتون البري والخلنج ، والكستناء البرية ومن النعناع البري والزعتر البري والغار الوردي والقطلب والأس واللافندر وأكليل الجبل والصقلاب والحبق والبابونج والمريمية والأعشاب الشوكية (يقولون في إيطاليا أنه عسل الألف زهرة) .

رغم أن الماكيز يصنف بأنه نباتات طبيعية برية إلا أنه ناتج بشكل رئيسي عن







انحسار الغابات بسبب الحرائق المتكررة التي لا تسمح بنمو أشجار جديدة .

وصف العسل

تشتهر إيطاليا وفرنسا وجزر المتوسط بإنتاج عسل الماكيز الذي يعتبر عسل عضوي ، يسبب التنوع الكبير للنباتات التي تختلف مواسم تزهيرها ، يوجد عسل ماكيز شتوي وعسل ماكيز ربيعي وعسل ماكيز صيفي وعسل ماكيز خريفي ، وفي الحقيقة يمكن جمع العسل في كل فصول السنة . لون العسل يتفاوت من عنبري داكن إلى أسود ويختلف من فصل إلى آخر ومن سنة إلى أخرى كما يتغيرٍ مذاقه من سنة إلى أخرى ويكون ما بين الدسم والخفيف . المذاق يدوم طويلا ويشبه مذاق عرق السوس والكاراميل الرائحة عطرية ، يحتفظ بها في كل المواسم .

يجمع عسل الماكيز الذي يغلب عليه رحيق الزعتر البري وزهرة السترو أثناء الصيف وهو عسل نادر ينتج في جزيرة سردينيا الإيطالية ، لونه عنبري داكن ، مع رائحة عطرية شديدة بشذا الزهور والخشب ، مذاق زهري حلو ، كثيف القوام يتبلور ببطء.

الخواص الصحية والعلاجية

يجمع هذا العسل ما بين فوائد رحيق الأزهار التي شكلته ، ولكن يستعمل في الإجمال لعلاج أمراض الشتاء ، نزلة البرد ، السعال الحاد ، السعال المتقطع ، نوبات الربو ، التهاب الشعب الهوائية ويقشع البلغم الكثيف القوام .



عسل الماروم

MARUM HONEY

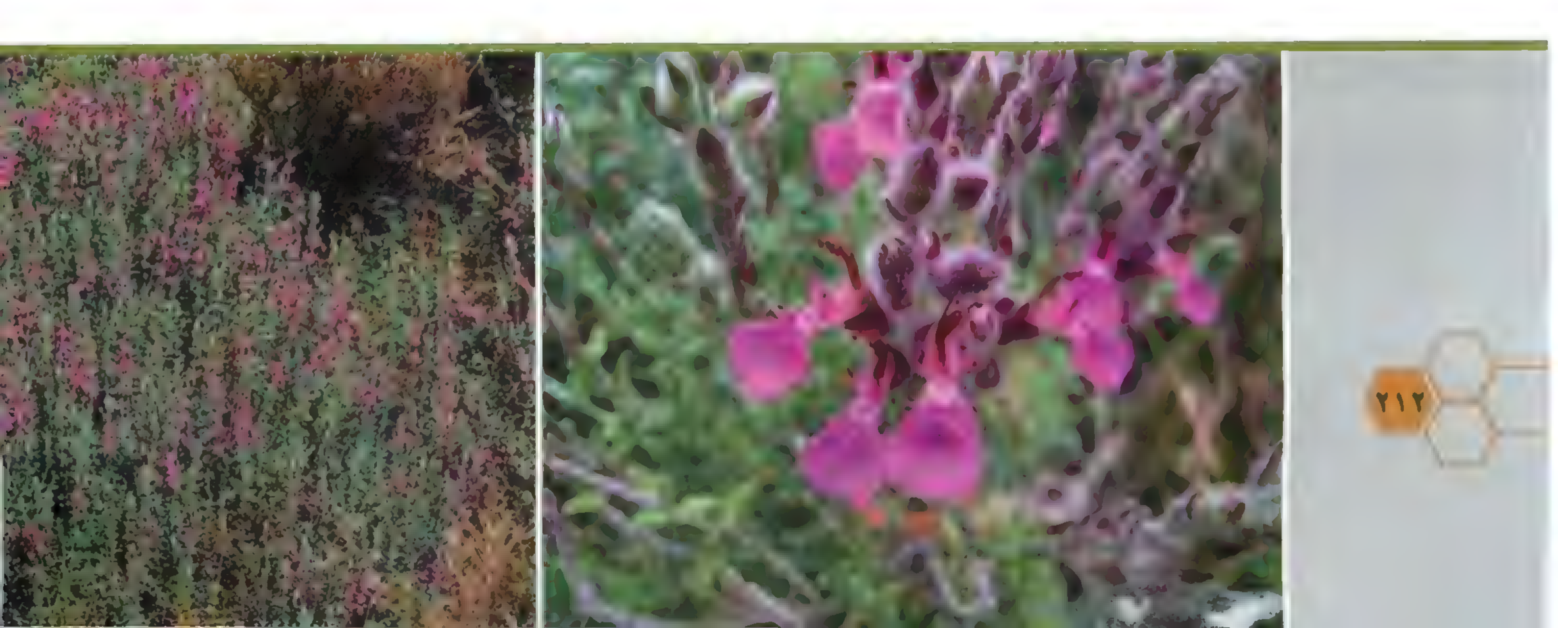
وصف النبات

الاسماء الشائعة : مارو , زعتر القط

الاسم العلمي : TEUCRIUM MARUM

زعتر القط شجيرات متسلقة من العائلة الشفوية في ذات فصيلة نبات الجعد . لا علاقة لها بالزعتر ولاتشبه رائحته رائحة الزعتر . موطنها أسبانيا وغرب المتوسط . تصمد في فصل الشتاء القاسي والصقيع . يتراوح ارتفاعها من ١٠٠ الى ١٥٠ سم . تعيش على التربة الجافة الكلسية والصخرية . تفتح الأزهار من يوليو إلى سبتمبر . لونها وردي .

تعتبر نبتة الماروم نبات طبي رغم المبالغة في قدرة خواصها العلاجية .



وصف العسل

اللون عنبري . القوام سائل يتبلور بعد سنة , رائحته خفيفة بشذا السكر المحروق . مذاقه سلس غير محدد المعالم . ينتج في سردينيا وكورسيكا وجزرالكناري وتوسكانا.

الخواص الصحية و العلاجية

- يستخدم للمساعدة في علاج المشاكل العصبية .
- لابادة ديدان الامعاء .



عسل البطيخ الأصفر

MUSK MELON HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : بطيخ أصفر , شمام , كانتلوب , بطيخ مسكي

الاسم العلمي : CUCUMIS MELO

البطيخ المسكي فصيلة من النباتات الزاحفة الحولية , العائلة القرعية موطنها الأساسي وسط آسيا وشبه القارة الهندية والقوقاز وتنتشر زراعته في كل بقاع الأرض عدد الأنواع الهيجنة المستنبة يماثل عدد الأنواع البرية لون اللب أصفر أو برتقالي أو أبيض أو أخضر تزهر من مايو إلى سبتمبر . وهي بوقية الشكل ثنائية الجنس لونها أصفر فاقع تحمل النبتة الواحدة الزهور المذكرة والزهور المؤنثة والأزهار المذكرة تشكل عناقيد من ٣ إلى ٥ غصينات صغيرة بينما تكون الأزهار المؤنثة أحادية على الغصين وتفتح في الصباح لتلقي اللقاح .



وصف العسل

اللون عنبري ذهبي القوام سائل يتبلور بعد شهرين إلى قوام كريمي بحبيبات ناعمة لونها اصفر مذاقه خفيف بنكهة مذاق هذه الفاكهة ويدوم طويلا الرائحة عطرية خفيفة ينتج هذا العسل في إيطاليا والصين والهند بكميات قليلة ولايتوفر في الأسواق التجارية .

الخواص الصحية والعلاجية

- يزيل عسر الهضم .
- ينشط عصارات الكبد .
- يساعد في تنقية الجسم من السموم والخماجات .



عسل المسكيت

MEQUITE HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : مسكيت

الاسم العلمي : PROSOPIS GLANDULOSA

المسكيت أشجار معمرة من الفصيلة البقولية يمكن أن يصل ارتفاع بعض أنواعها مابين ٦ إلى ٩ أمتار لكن معظم الأنواع لا يتجاوز حجم الشجيرة ، المسكيت نبات صحراوي لا يحتاج إلى أكثر من ١٠٠ سم تساقط مطر في السنة (لكنه ينمو في المساحات المروية أو نصف مروية) يتحمل الجفاف ، يبلغ طول جذوره حوالي ٦٠ متراً تمكنه من اجترار الماء من أي مكان ، وينمو بسرعة ، ومثل الأنواع الأخرى من البقوليات يثبت النيتروجين في التربة .

توفر الأشجار مصدر رحيق ممتاز لإنتاج عسل المسكيت.

أطلق على المسكيت اسم شجرة الحياة ، فمن مستخلص أوراقه يصنع غسول للعين لعلاج الالتهابات والرمد كما أن دقيق المسكيت يمنع طفرات سكر الجلوكوز في الجسم بشكل قوي وفعال ويتحكم بمرض السكري . وهو غني جداً بالبوتاسيوم والمنغنيز .



تنمو أشجار المسكيت في شمال المسكيك والولايات الأميركية الجنوب غربية (صحراء سونورا) وتجري تجارب لزراعته في البحرين . تزهر في الصيف ويتراوح لون الأزهار ما بين الأبيض والأصفر وتكون على شكل سنابل أو عناقيد أو فردية ، ومنها أزهار شعيرية .

مواصفات العسل :

يجنى العسل في أواخر الصيف من رحيق المسكيت الطيب الرائحة والمذاق . ويعتبر عسل أميركي بامتياز يتراوح لونه العنبري بين الفاتح والداكن ، حبوب الطلح فيه ذات جودة عالية ، مذاقه رقيق ذات حلاوة عالية وشذاه عطري خفيف، يسمى أحيانًا بعسل الصحراء ، توجد صعوبة بفرزه عن الشمع ، لا يتبلور بسرعة ، قوامه سائل .

الفوائد الغذائية والعلاجية :

- يساعد على تخفيف الوزن .
- يعالج السعال الحاد والتهاب الحلق.
- يعالج الإسهال .
- يمكن استعمال محلوله المائي لعلاج مشاكل العين .
- جيد لمعالجة الحروق والجروح .



عسل الصقلاب السوري

MILKWEED HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : الصقلاب السوري

الاسم العلمي : ASCLEPIAS SYRIACA

الصقلاب جنس من النباتات العشبية الحولية من صف المغنوليات يضم ١٤٠ فصيلة معروفة منها الفصيلة الدفلية التي ينتمي إليها الصقلاب السوري .موطنها الأصلي الجزء الشرقي من أميركا الشمالية ينمو على التربة الرملية والأراضي الرطبة . يتراوح ارتفاعها من ١ إلى ٢ متر بدءًا من الجرموز(الجذور الأرضية) . تحتاج لنموها وبقائها التعرض لأشعة الشمس بصورة دائمة . تزهر هذه النباتات العشبية من يوليو إلى أغسطس . وتتجمع الأزهار بعدد كبير على شكل مظلة كروية. يبلغ قطر الزهرة ١ إلى ٢ سم . رائحتها عطرية شديدة وألوانها تشكيلة من الأرجواني الفاتح والأبيض والوردي مع شيء من الإخضرار . تعطي رحيقاً غزيراً.

سميت هذه النباتات باللغة الإنجليزية (عشبة الحليب) بسبب عصارتها الحليبية التي تحتوي على مركبات قلوية . بعض فصائل جنس الصقلاب سامة للإنسان والحيوان ، ونعت هذا النوع من الصقلاب بالسوري نتيجة التباس بينه وبين نوع آخر موطنه المشرق العربي.



وصف العسل

لون عسل الصقلاب . أبيض كريمي مائل إلى الأصفر . المذاق لذيذ ورائع . مع مسحة لاذعة . قوام كثيف يتبلور بسرعة .

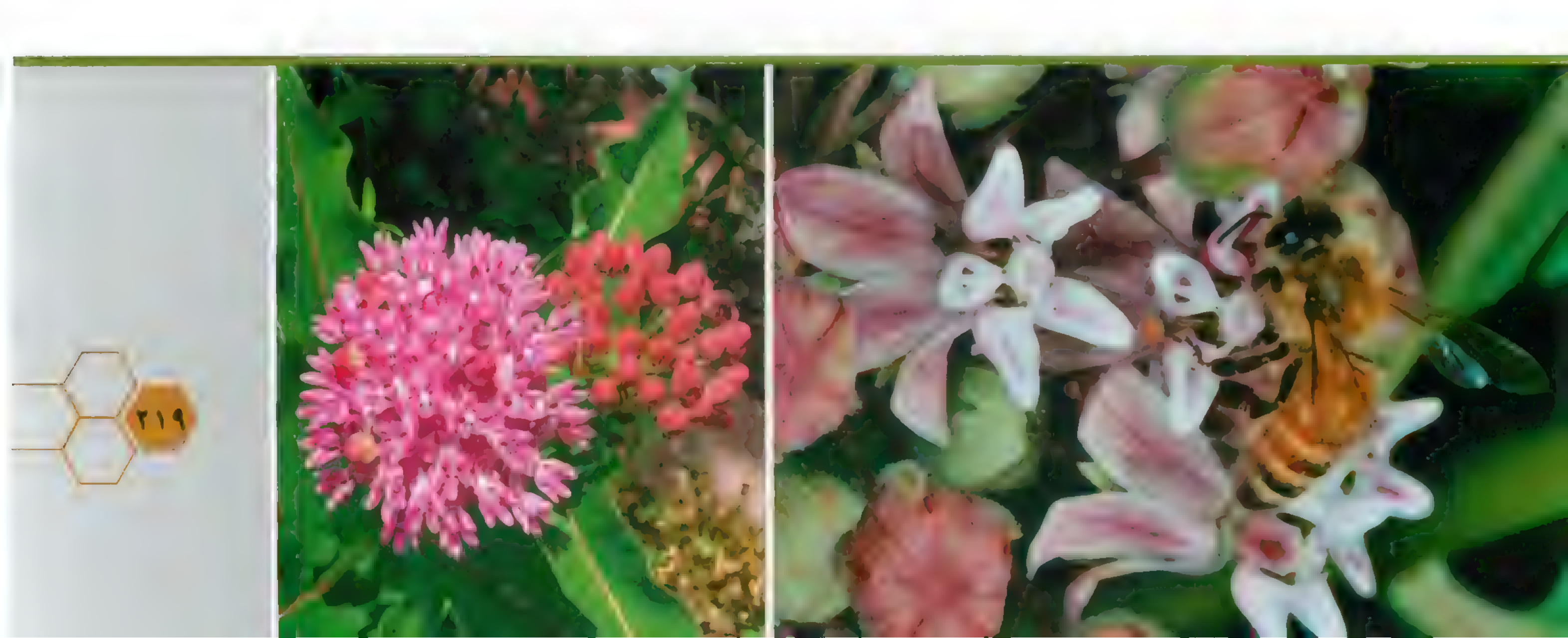
عادة ، يمزج مع رحيق النباتات الأخرى التي تزهر في الوقت ذاته . ينتج عسل الصقلاب بصورة حصرية في شبه الجزيرة الجنوبية لولاية ميتشفان الأميركية . ولا فرصة خارج هذه المنطقة لجمع رحيق يكفي لإنتاج عسل من مصدر زهري واحد . مع ذلك يوفر ما يكفي من الرحيق ليكون في عداد الأزهار التي تشكل عسل الزهور البرية في كافة مقاطعات الولايات المتحدة التي تنمو فيها هذه النباتات العشبية.

تكمن المشكل في إنتاج عسل صقلاب صافٍ ، في اعتبارها نباتات غازية يعمل المزارعون على اقتلاعها على نطاق واسع خوفاً على محاصيلهم .

استعملت في الطب الشعبي لعلاج كافة الأمراض والأوجاع والعلل والآفات من السعال البسيط وصولاً إلى السرطان .

الخواص الصحية والعلاجية

- يقي من الأشعة فوق البنفسجية واحتراق الجلد من الشمس ، وبذلك يعمل على تجنب الإصابة بسرطان الجلد،إذا دهن الجسم به.
- تبعًا للطب التجانسي، يساعد في علاج الاستسقاء وعسر الطمث.



عسل النعناع

MINT HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : النعنع

الاسم العلمي : فصيلتي : النعناع السنبلي MENTHA SPICATA

النعناع البستاني MENTHA PIPERITA

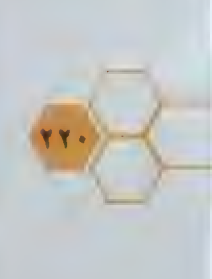
النعناع جنس من النباتات العشبية المزهرة من العائلة الشفوية ، يضم ٨١ فصيلة وعدد كبير من الأنواع الهجينة . النعناع نبات عابر للقارات - آسيا ، أوروبا ، أفريقيا ، أميركا ، استراليا . وهو عشبة عطرية ثنائي الحول (ينمو كل سنتين) ، ونادرًا ما يكون حولي ، له جذور تنتشر على نطاق واسع وسوق أرضية (جذور) ، يتفاوت ارتفاع النبات من ١٠ إلى ١٠٠ سم ، تظهر الأزهار في آخر الصيف ، لونها أبيض أو ارجواني وهي متموضعة تحت إبط الأوراق أو على شكل سنابل ، يجود نمو النعناع في البيئة الرطبة والتربة الندية ، من أنواعه النعناع السنبلي (يصل حتى ارتفاع ١٠٠ سم) والنعناع البستاني والنعناع الياباني ونعناع الماء والنعناع البلدي والنعناع البري.. وتطلق أسماء محلية على بعض الأنواع مثل نعناع المدينة المنورة والنعناع الحساوي والنعناع المغربي ونعناع الدوش .....الخ.

للنعناع استعمالات عديدة ومتنوعة وخواص صحية وعلاجية يعرفها القاصي والداني ، تستعمل أوراقه النضرة أو الجافة في كافة أنواع المأكولات ويصنع منها شاي عشبي. كما يصنع منه شراب مركز منتعش ، ويستخرج منه زيت أساسي هو من أقدم الزيوت العلاجية التي تستخدم في العلاج بالزيوت العطرية


.AROMATHERAPY







ويدخل في صناعة الكاراميل والشوكلاتة واللبان ومعاجين الأسنان والحلويات والأدوية .

من فوائده الصحية ، إزالة المغص وطرد الغازات وتطرية الحلق وتخفيف السعال ، يسكن الألم ، ويخفف الآم الحيض ، كما يستعمل لعلاج التهاب المفاصل الروماتيزمي ، وزيته طارد للحشرات ، مضاد للفطريات .

عسل النعناع

السبب الرئيسي الذي يجعل عسل النعناع نادرًا رغم وفرة الرحيق وانتشار زراعته على مساحات واسعة . هو قطفه قبل التزهير ، يتوافر العسل بكميات تجارية في مواسم متباعدة ، ولكن محصوله في الإجمال قليل، الدول المنتجة لعسل النعناع ، إيطاليا ، فرنسا ، أسبانيا ، الولايات المتحدة . لونه عنبري داكن (أحيانًا عنبري أحمر) ، له رائحة ومذاق النعناع ، وهو عسل عشبي فريد من نوعه و يناسب جميع الأذواق.

الخواص الصحية والعلاجية

يأخذ عسل النعناع جميع خواص نبتة النعناع الصحية والعلاجية ، فهو منعش ، مضاد للفطريات ، يريح الجهاز الهضمي وينشط الجلد ، ويساعد الذاكرة ، ويخلص من النفخة والغازات .

أظهرت احدى الدراسات ، قدرته على معالجة ازدياد نمو الشعر عند النساء (حالة مرضية) ، لأنه يقضي على أيونات هرمون التسترون الحرة في الدم.



عسل الخردل

MUSTARD HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الخردل , مستردة

الاسم العلمي : BRASICA

الخردل نبات عشبي حولي من الفصيلة الصليبية تضم حوالي ١٥٠٠ جنس . يصل ارتفاعها إلى حوالي المتر .

اهم اجناسه :

الخردل الاصفر والابيض : BRASICA ALBA

أزهاره صفراء اللون موطنه منطقة البحر الأبيض المتوسط وانتشرت زراعته في جميع أنحاء العالم . يزهر مابين شهري فبراير ومارس .

الخردل الأسود : BRASICA NIGHA

ينمو في أرض صخرية على ضفاف الأنهار , موطنه جنوب أوروبا المتاخم للبحر الأبيض المتوسط ويزرع في أفريقيا , الهند , أوروبا , منحدرات بحيرة طبريا .

الخردل الهندي : BRASICA JUMCAE

تؤكل أوراقه وبذوره وسيقانه,غني بالفيتامين A والفيتامين K .

يستخدم كمكمل غذائي لمعادن الزنك والحديد و الكروم و السيلينيوم . تتفتح أزهاره في شهر نوفمبر



ازهار جميع انواع الخردل تعطي الرحيق، والخردل ينتمي الى عائلة الكرنب واللفت والقرنبيط والسلجم و الملفوف وغيرها .

يستعمل مسحوق بذور الخردل كتابل , ويستعمل في اللصقات الطبية لعلاج الروماتزم و أوجاع المفاصل .

ذكر الأقدمون أنه يعالج داء الثعلبة وعرق النساء ويفتت حصى الكلى , ويسحب البرد من الجسم .

مواصفات العسل

يكون عسل الخردل إما شتوي أو ربيعي , وهو فاتح اللون ذو عطر جذاب ومذاق طيب وشهي . يتبلور بسرعة وبسبب ذلك يظن المسهلك خطأ أن عسل الخردل الهندي (المنتج والمصدر الرئيسي) مغشوش ولهذا لايصدر الا القليل منه خارج البلاد رغم أنه عسل عالي الجودة .

ثمة خلطات كثيرة مكونة من مسحوق الخردل او زيت الخردل وانواع متعددة من العسل . وهذه تختلف عن عسل الخردل الطبيعي ١٠٠ ٪ .

الفوائد الطبية والعلاجية

- ينبه المعدة ويفتح الشهية وينبه القلب .
- يجلب التعرق .
- يقي من الجلطة الدماغية وتصلب شرايين المخ وارتفاع ضغط الدم .
- مطهر جيد للجروح .
- يساعد في تخفيف السعال ونوبات الربو .



عسل الفاسيلا

PHACELIA HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : فاسيلا ، الفاسيلا المزركشة

الاسم العلمي : PHACELIA TANACETIFOLIA

PHACELIA VISCIDA

الفاسيلا جنس من النباتات العشبية المزهرة ، حولية أو ثنائية الحول من عائلة الماغنوليات تضم ٢٠٠ فصيلة موطنها أميركا الشمالية وأميركا الجنوبية . لمس النبات يسبب طفح جلدي مثل اللبلاب السام عند بعض الأشخاص ولهذا أطلق عليه اسم « عشبة العقرب» .

الفصيلة التي يستخرج من رحيقها العسل ، هي عشبة حولية منتصبة يصل ارتفاعها حتى ١٠٠ سم . وهي مغطاة بشعيرات قاسية .

الأزهار بوقية الشكل يتراوح لونها بين الأزرق والأرجواني ، غزيرة الرحيق وحبوب اللقاح ، تتموضع على شكل نوارات ويصل طول الزهرة إلى ١ سم ، موسم التزهير طويل . يحتوي الرحيق على نسبة عالية من السكروز والسكريات المختزلة.



وصف العسل

تعتبر الفاسيلا نبتة عسل استثنائية واعتمادًا على الطقس يصل محصول العسل إلى ٥٥٠ كجم / هكتار إذا كان مجاورًا لنباتات أخرى ، أما محصول عسل الفاسيلا الصافي فيتراوح ما بين ٣٠ و ١٣٥ كجم / هكتار ويعود السبب إلى أن الزهرة الواحدة تعطي ما بين ١,٢٠ إلى ١,١٤ كجم رحيق وتعطي زهرة الفاسيلا الإيطالية (البلد الرئيسي المنتج لهذا العسل) ما بين ٠,٢٤ إلى ٠,٧٩ ملجم رحيق.

اللون عنبري فاتح ، الرائحة عطرية رقيقة بشذا الأزهار والمذاق خفيف بنكهة الأعشاب ، قوامه كثيف يتبلور بعد فترة من القطاف بحبيبات صغيرة .

ينتج عسل الفاسيلا في إيطاليا وفرنسا وبعض مناطق الولايات المتحدة والمكسيك .

الخواص الصحية والعلاجية

لا توجد معلومات حول وجود خواص معينة لهذا النوع من العسل.



عسل لسان الأفعى الحلمية

PURPLE VIPERE BUGLOSS HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : زهرة الأفعى الحملية ، لسان الأفعى ، و في أستراليا يطلق على العسل أسماء غربية مثل

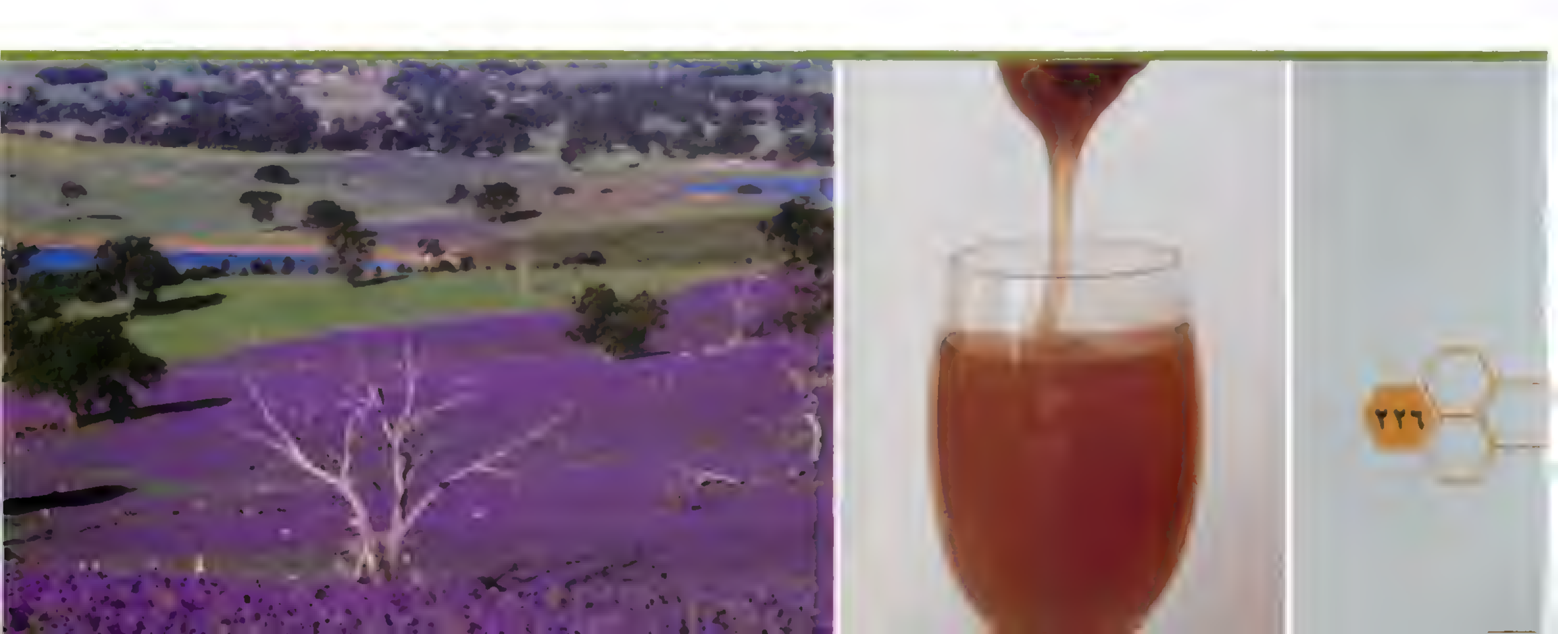
عسل جين المخلّصة SALVTION JANE HONEY

عسل لعنة باترسون PATTERSON'S CURSE HONEY

الاسم العلمي : ECHIUM PLANTAGINEUM

زهرة الأفعى الحملية نبات شتوي حولي يصل طوله من ٢٠ إلى ٦٠ سم ، وهو جنس ينتمي إلى الجمجية التي تضم ٦٠ نوعًا ، تنمو في غرب وجنوب أوروبا وشمال أفريقيا وجورجيا وجنوب أستراليا (حيث ينتج العسل بكميات تجارية) والولايات المتحدة ، وتعتبر من النباتات الغازية الضارة بالزراعات الأخرى .

تعتبر زهرة الأفعى الحملية عشبة سامة بسبب وجود مركبات قلوية PYRROLIZIDINE ، إذا أخذت بكميات كبيرة تتراكم في الكبد وتؤدي إلى الوفاة، ويعود اسم (لعنة باترسون) إلى اسم المزارع باترسون الذي وجد أن عددًا من أحصنته بلغ الـ ٢٠ حصانًا قد نفق بعد رعيه على هذه العشبة.



وصف العسل

عسل نادر ، لونه أصفر ليموني ، تشبه رائحته شذا الزعتر والمردقوش ، مذاقه سلس خفيف مع شيء من نكهة (ملبس اللوز) ، وهو عسل صاف ، يجنى في الشتاء أو أوائل الربيع ، وفي أكثر الأحيان لا يباع بشكله الصافي.

يحمل رحيق أزهار لسان الأفعى الحملية نسبة خفيفة من القلويات السامة الموجودة في الزهرة ، وتفرض لوائح المقاييس الأوروبية مزج هذا العسل بأنواع عسل أخرى لأن ملعقة واحدة من عسل زهرة لسان الأفعى الحملية يحتوي نسبة من هذه القلويات السامة تساوي الحد الأدنى المسموح به لمدة أسبوع من الاستهلاك البشري .

وطلبت الحكومة الأسترالية من النحالين مزجه بأنواع أخرى من العسل. وأوصت المستهلكين (رغم عدم وجود تقارير تفيد بمشاكل صحية من تناول هذا العسل في أستراليا) بالاستهلاك المحدود وأنه لا داعي للقلق إن لم تتجاوز الكمية المأخوذة يوميًا ملئ ملعقتين صغيرة. والقلق على الصحة يبدأ إذا تناول الشخص ملء ٣ ملاعق كبيرة يوميًا من هذا العسل.

الخواص الصحية والعلاجية:

وثق علميًا أنه يخفض مستوى الدهون الثلاثية TRIGLYCERIDES في بلازما الدم وفي الكبد.



عسل راتا

RATA HONEY

الصفات النباتية

الاسم الشائع: راتا ، شجرة الميلاد

الاسم العلمي: METROSIDEROS ROBUSTO

راتا من أشجار الغابات العملاقة ، يصل ارتفاعها إلى ٢٥ متر و أحيانًا أكثر ،مهدها الجزيرة الشمالية من نيوزيلاندا ، من الفصيلة الآسية .

تبدأ أشجار راتا حياتها بالنمو على أشجار أخرى ، لاحقًا تضرب جذورًا عميقة في الأرض وحول الأشجار المضيفة إلى أن يندمجا في شجرة واحدة .

يصل التزهير إلى أوجه من نوفمبر إلى يناير في الجزيرة الشمالية ومن يناير إلى مارس في الجزيرة الجنوبية ، تتفتح أزهار الأشجار الواقعة على الأراضي الواطئة أولاً ثم تزهر الأشجار حسب ارتفاع مناطقها تباعًا . تشكل الأزهار المحمولة على رؤوسٍ الأغصان كتلة من السدادات لونها أحمر داكن ، وتلقي على مناطق نموها بساطًا أحمر يمكن رؤيته من مسافات بعيدة . تزهر أشجار راتا بشكل جيد وفير مرة كل بضعة سنوات ، يأتي معظم محصول عسل راتا من الجزيرة الجنوبية .



وصف العسل

يعتبر عسل راتا من أفضل أنواع العسل في نيوزيلاندا ، يجنى ما بين ديسمبر ومارس لونه أبيض شاحب ، رائحته أشبه بشذا الغابات ، مذاقه غني خفيف ، لكن ليس حلواً ، في طعمه شيء من الملوحة .

قد يتفاوت حجم محصول العسل بصورة كبيرة من سنة إلى سنة بسبب عدم انتظام التزهير ، وعليه يصبح توافر عسل راتا في الأسواق غير منتظم ، يتمتع بمذاق فريد من نوعه .لكي يصنف بأن العسل هو عسل راتا من مصدر زهري واحد يجب أن يكون عدد حبوب اللقاح ١٦٠,٠٠٠ حبة في كل ١٠ جرام من العسل . راتا هو العسل الأسرع تبلورًا في العالم (بعد قطافه بساعات قليلة)، و يعود السبب إلى نسبة الجلكوز العالية في تركيبته ، يستهلك عسل راتا محليًا ويصدر القليل منه تجاريًا الى بريطانيا وكندا وأستراليا و لباقي دول العالم عبر البريد .

الخواص الصحية والعلاجية

- مثله مثل أنواع العسل النيوزيلاندي الأخرى يمتلك عسل راتا خواص مضادة للبكتيريا والالتهابات . ويتمتع بخواص غذائية جيدة.
- يتمتع عسل راتا بخواص علاجية مماثلة الى حد ما لخواص عسل مانوكا وعسل ريوا - ريوا العلاجية .



عسل ريوا

REWAREWA HONEY

الصفات النباتية

الاسماء الشائعة : صريمة الجدي النيوزيلاندية ، ماوري، ريوا - ريوا

الاسم العلمي : KNIGHTIA EXCELSA

الريوا - ريوا أشجار مزهرة دائمة الخضرة من الفصيلة البروطية ، تستوطن غاباته الأراضي الواطئة والوديان في جزيرة نيوزيلاندا الشمالية ، يصل ارتفاع الأشجار حتى ٣٠ متراً . لم بعد اسم صريمة الجدي النيوزيلاندية الذي أطلقه المستوطون الأوربيون على هذه الأشجار الاسم المفضل وأخذ مكانه الاسم الذي كان يستخدمه شعب الماوري . تزهر الريوا - ريوا من شهر أكتوبر إلى شهر ديسمبر (ربيع نيوزيلاندا) . لون الأزهار أحمر طولها مابين ٢ و ٣,٥ سم يحملها عنقود يصل طوله ١٠ سم .

حالما تتفتح الأزهار المخملية الملمس في أوائل الربيع تنفصل عن بعضها البعض وتلتف حول نفسها مشكلة لولبًا ، وتعتبر الأزهار مصدر هائل لإنتاج العسل ، عرف شعب الماوري (سكان نيوزيلاندا الأصليون) قدرة رحيق أزهار الريوا - ريوا الشفائية قبل وصول نحل العسل (APIS MELLIFERA) إلى نيوزيلاندا وكانوا يعمدون إلى قصف الزهرة وامتصاص رحيقها لتهدئة آلام الحلق والبلعوم .



وصف العسل

يجنى عسل ريوا - ريوا في شهر فبراير ، لونه عنبري / أحمر داكن ، رائحته عطرية نافذة وقوامه سميك جدًا لا يمكن الرؤية من خلاله . مذاقه قوي ودسم بنكهة فريدة أشبه بطعم الكراميل ، يذوب ببطء في الفم ويترك أثرًا على اللسان بنكهة الفاكهة ، نسبة الرطوبة فيه قليلة ، ومحتواه من الأكسجين بيروكسايد يفوق ما يوجد في أي نوع عسل آخر ، لا يتبلور بسرعة ، وعندما يتبلور تكون الحبيبات كبيرة ، يصدر قسم كبير منه خارج نيوزيلاندا.

الخواص الصحية والعلاجية

- يساعد الجسم على تجديد وترميم الخلايا .
- يعزز عملية بناء المناعة الذاتية بقوة .
- ينشط ويقوي الطاقة البدنية .
- مضاد للأكسدة
- يستخدم لعلاج الجروح والآفات الجلدية
- يساعد في علاج الاضطرابات الهضمية والتهابات الجهاز الهضمي.



عسل الغار الوردي

RHOOODENDRON HONEY

وصف النبات

الأسماء الشائعة : الوردية ، الغار الوردي

الأسماء العلمية : R. FERRUGINEUM

R. PONTICUM

الوردية جنس من النباتات المزهرة تضم ١٠٠٠ فصيلة من العائلة الخلنجية . منها فصائل نفضية وفصائل دائمة الخضرة تتراوح بين شجيرات وأشجار صغيرة ، يتفاوت ارتفاع أصغرها من ١٠ إلى ١٠٠ سم وارتفاع أطولها إلى ٣٠ متر، وتشتهر جميع الفصائل بأزهارها الكبيرة الحجم ذات الألوان الأحمر أو الوردي ، أو الأرجواني / البنفسجي ، أو الأبيض الوردي أو الأصفر ، موسم الإزهار من مايو إلى يوليو .تكون جذوع وأوراق وزهور ورحيق بعض أنواع الغار الوردي سامة .

الوردية العادية R. PONTICUM

فصيلة تنتشر في أوروبا وآسيا ، دائمة الخضرة ، يصل ارتفاعها إلى ١ متر توجد في بلغاريا والبرتغال وأسبانيا وبريطانيا وإيرلندا ولبنان وتركيا وجورجيا والهملايا النيبالية والهندية ، تزهر من يونيو إلى يوليو ، لون الأزهار أرجواني / بنفسجي يبلغ قطرها ٣,٥ إلى ٥ سم .

تعتبر الوردية العادية من النباتات الألبية التي تنمو عند خط الأشجار على الجبال العالية .

الغار الوردي R. FERRUGINEUM

فصيلة تنمو في المناخ الألبي (فوق خط الأشجار على جبال الألب والبيرنية)



دائمة الخضرة تصل إلى ارتفاع ٤ أمتار. تزهر في منتصف الصيف . أزهارها وردية اللون ، بوقية الشكل ، ومن الأسماء الشائعة ، (الوردية الألبية) ، (وردة الثلج) .

سمية الوردية العادية والوردية الألبية متوسطة ، تسبب القيء وصعوبات في الأجهزة التنفسية والعصبية والهضمية والدورة الدموية .

وصف العسل

ينتج العسل من الوردية الألبية في إيطاليا وفرنسا حيث يقطف من أعالي جبال الألب وينتج عسل الوردية العادية في الهند ونيبال من أعالي جبال الهملايا . المحصول نادر لصعوبة جنيه في المناطق الوعرة الشديدة البرودة . وتتقلب مواصفات العسل من موسم إلى آخر مع تبدل أحوال الطقس . اللون شفاف كريمي يتحول أبيض عند التبلور، يتبلور بسرعة إلى كتلة متماسكة وأحيانًا كتلة محبحبة . رائحة خفيفة جدًا ، مذاق رقيق يذكر بمذاق التوت البري ، غني بحبوب اللقاح .

يعتبر عسل هام جدًا لأنه عسل ينتج في أعالي الجبال بعيدًا عن أي تلوث بيئي أو حضري .

الخواص الصحية والعلاجية

السمية : الأعسال التي تنتج عن الوردية تحتفظ بسميتها لبعض الوقت . وبعدها يصبح العسل آمناً حالما يفرز من الخلية .(والرواية التاريخية عن استعماله كسلاح في الحروب اليونانية الفارسية تفيد بأن الذي وضع في طريق الجيش الغازي هي أقراص العسل ، وليس العسل ذاته).

فصيلة الغار الوردي التي تنتج عسلًا سامًا لا يصلح للاستهلاك البشري هي الأضاليا ذات الزهور الصفراء التي سنتكلم عنها لاحقًا .

بسبب احتوائه على مركبات الفلافونيد والفينول والصابونيات المضادة للأكسدة . يعتبر صديقًا للكبد ، ويساهم في علاج كافة الأمراض والالتهابات الكبدية .



عسل إكليل الجبل

ROSEMARY HONEY

الوصف النباتي :

الأسماء الشائعة : إكليل الجبل ، حصى البان ، روزماري

الاسم العلمي : ROSMARINUS OFFICINALIS

إكليل الجبل عشبة معمرة دائمة الخضرة . تنمو بريًا في بلدان حوض البحر الأبيض المتوسط ، يصل ارتفاعها على الأكثر ١,٥ متر ، ويبلغ طول أوراقها الأبرية ٢,٤ سم وعرضها ٥,٢ سم . يشتهر إكليل الجبل تاريخيًا باستخداماته العلاجية . ويصفه أطباء الأعشاب حاليًا ، لعلاج الاكتئاب والصداع وعسر الهضم ووجع العضلات ورائحة الفم الكريهة ، هذه العشبة غنية أيضًا بالمركبات المضادة للأكسدة وأهمها كارنوسول CARNOSOL و حمض الكارنوسيك CARNOSIC ACID . تتفتح الأزهار في فصل الصيف ويمكن الاستمرار على هذا النحو في المناطق التي تتمتع بشتاء دافئ . يتفاوت لون الأزهار مابين الأبيض والزهري والقرمزي والأزرق . وهي غنية جدًا بالحديد والكالسيوم والفيتامين B6.



مواصفات العسل :

يجنى عسل إكليل الجبل ، بصورة رئيسية في فرنسا وأسبانيا وهي أولى الدول المصدرة لهذا العسل . ويجنى القليل منه في المغرب وسردينيا وكرواتيا . ومن الدول المصدرة فنزويلا والأوراغواي في أميركا الجنوبية . يعتبر هذا العسل من أطيبها مذاقا وأكثرها فائدة .

عسل مميز جدًا بقوامه الشفاف ورائحته العطرية ولونه الكريمي الشاحب أو العنبري الفاتح ، يختلف القوام والرائحة واللون من موسم إلى موسم ومن خلية إلى أخرى ويستمر هذا العسل بالتطور على مر السنين يحتاج جني كيلو جرام من هذا العسل النادر إلى ما يقارب ٣٠٠٠ نحلة شغالة .

الاستخدامات الصحية والعلاجية

- محفز طبيعي لوظائف الكبد والجهاز الهضمي.
- مثالي لمرضى قصور الكبد وفي حالة الإصابة بحصى المرارة وتليف الكبد.
- مضاد للغازات والتخمرات والتهاب القولون.
- يساعد في التخلص من الإرهاق والوهن والضعف العام والإجهاد.
- يعتبر مضاد قوي للالتهابات وله خصائص مطهرة .
- يساعد في التخفيف من عنة الرجال لأنه يعزز الدورة الدموية .
- ثمة أدلة على أنه يحسن الذاكرة.



عسل المريمية

SAGE HONEY

الصفات النباتية:

الأسماء الشائعة : المريمية ، القصعين ، القوسية ، حشيشة مريم .

الاسم العلمي : SALVIA OFFICIANALIS

المريمية شجيرة معمرة دائمة الخضرة من الفصيلة الشفوية ، يضم جنس القويسة أكبر عدد من النباتات المزهرة في هذه الفصيلة (٩٠ نوع) أهمها الريحان والنعناع والحبق والقصعين المعروف في بلاد الشام والمغرب ، موطن المريمية الدول المتوسطية وتزرع اليوم في أنحاء كثيرة من العالم ، تزرع المريمية في بعضٍ مناطق أوروبا لاستخلاص الزيت الأساسي ، وكعشبة مطبخ لها نكهة حادة قليلاً . تتمتع المريمية بتاريخ طويل من الاستخدام الطبي والاستخدام في الطهي ، أحيانًا يطلق اسم المريمية على عدد من الأنواع المتقاربة وغير المتقاربة نباتيًا .

يصل ارتفاع شجيرة المريمية إلى ٦٠ سم ، سيقانها خشبية تزهر في أواخر الربيع وأول الصيف ، لون الأزهار أبيض أو أزرق على بنفسجي أو أحمر . والأنواع التي توفر رحيق غزيز للعسل هي المريمية والقصعين الأسود الاميركي.

أثبت طب الأعشاب الحديث فعالية استخدام المريمية كمضاد حيوي و قابض و مضاد للفطريات و مضاد لتشنج العضلات و مثير للرغبة الجنسية و مقوٍّ . وتبين من دراسة مقارنة عشوائية أن المريمية لها قدرة على التحكم بتطور مرض الزهايمر الخفيف والمتوسط الشدة .



أهم مكونات المريمية الزيت الأساسي . وتحتوي أوراق المريمية على عدد هائل من الأحماض العضوية النافعة صحيًا .

يعتبر زيت المريمية الأساسي مطهر قوي وهو المسؤول جزئيًا عن تأثير المريمية على الهرمونات .

تستعمل المريمية لعلاج التهاب الحلق و اضطرابات الحيض ، وهي منبه للعصارات الهضمية ، وتستخدم لعلاج مضاعفات سن اليأس.

وصف العسل

عسل المريمية من أجود أنواع العسل، يتراوح لونه بين الأبيض والأصفر الفاتح ، رائحته عطرية ومذاقه حلو شهي بنكهة شاي الأعشاب ويدوم تأثيره على اللسان لبعض الوقت ، يجنى عسل المريمية منتصف الصيف ، وفي العادة تكون أسعاره مرتفعة ، عسل المريمية بديل جيد للسكر مع الشاي وينصح بتناوله مع الأجبان غير المملحة . يعطي الهكتار الواحد حوالي ٥٠ كلج يسمى نوع العسل الأميركي (عسل المريمية الأسود) .

الخواص الصحية والعلاجية

- مفيد للمصابين بمرض السكري من النوع الثاني .
- ينظم هرمونات الجسم ويزيد الحيوية الجنسية .
- يساعد على تنظيم الحيض . والتغلب على مضاعفاته .
- ينشط الدورة الدموية والذاكرة .
- يعزز الشهية إلى الطعام.



عسل السنفون

SAINFOIN HONEY

الوصف النباتي

الاسماء الشائعة : عنبريس السنفون

الاسم العلمي : ONOBRYBCHIS

السنفون نبات حولي من الفصيلة البقلية وعرف منه حتى الآن ١٥٠ جنس. تنتشر معظم أنواعه ما بين إيران ووسط آسيا, منها ٢٧ نوع في إيران VICILFOLI النوع المسمى .

ينمو في العديد من الدول الاوربية وشمال أمريكا في مناطق التربة الكلسية .تتفتح الأزهار في العادة بين شهري يونيو وسبتمبر ولون الأزهار وردي فاتح وهي غزيرة الرحيق . يبلغ طول النبتة ٨٠ سم . والسنفون من النباتات التي تثبت النيتروجين في التربة .



مواصفات العسل

يجنى عسل السنفون في أوائل الصيف , لونه أصفر فاتح ونكهته رقيقة وتحاكي نكهة الفواكه , قوامه مثل الكريمة ويتبلور بعد عدة شهور من قطافه .

عسل السنفون غني بالفيتامينات والمعادن والعناصر النشيطة بيولوجيا . يحتوي على كميات عالية من حمض الأسكوربيك والكاروتين , أكثر الدول إنتاجا وتصديرا لهذا العسل فرنسا والسويد وألمانيا .

الفوائد الصحية والعلاجية

- يستخدم هذا العسل في التغذية العلاجية للمصابين بأمراض القرنية ومشاكل الجهاز العصبي والصداع بمختلف أسبابه.
- يستعمل لتنشيط وتقوية الجسم بصورة عامة .
- يعرف بالطب الشعبي بأنه مقوٍّ ويعوض عن نقص الفيتامينات
- يساهم عسل السنفون في علاج الأمراض النسائية ونزيف الرحم.
- يساعد على تقوية القدرة الجنسية عند الرجال.
- يساعد على تخفيف انتفاخ المعدة .
- يلطف الحمى .
- ينصح التغرغر بمحلول هذا العسل عند التهاب اللوزتين .
- عندما يمزج مع العكبر يساعد في علاج حصى المرارة والتهاب المثانة وحصبة الاطفال.



عسل البلميط المنشاري

SAW PALEMETTO HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : البلميط المنشاري

الاسم العلمي : SERENOA RIPENS

البلميط المنشاري هو النوع الوحيد من فصيلة السرواة الذي يصنف من جنس النخيل ، البلميط المناشري شجيرات صغيرة يتراوح ارتفاعها من ١ إلى ٢ متر وتنمو في التربة الترابية الساحلية وتحت ظلال الصنوبر ، وينتشر على الساحل الجنوب شرقي للولايات المتحدة (خاصة ولاية فلوريدا)وكوبا وجزر البهامس ، تعمر هذه الشجيرات طويلاً ، وقد يتجاوز ٧٠٠ سنة ، يزهر البلميط المنشاري في الربيع وتظهر على الشجريات ثلاثة عناقيد تحمل الكثير من الأزهار ، ويمكن لكل شجرة بمفردها أن تزهر طوال السنة ، الأزهار بيضاء اللون ، وحيدة الجنس .

أصبح البلميط المنشاري مهددًا بالزوال في المستقبل القريب ، وبالتالي العسل الناتج عنه ، يحتاج البلميط إلى ١٠٠ سنة ليعطي كمية من الأزهار يكفي رحيقها لانتاج العسل ، ويعود السبب إلى التوسع البشري والعمراني والزراعي . وجرت العادة على تنظيف الأراضي المفتوحة بحرق أشجار البلميط التي لم يبلغ طولها نصف متر لإفساح المجال لزراعات أخرى ، أو فتح طرق ، أو إنشاءات مدنية .

تستعمل ثمار البلميط لأغراض طبية متعددة أهمها علاج اضطرابات المسالك البولية ولذلك يدعى في الطب البديل (نبات القسطرة) . كما يساعد في علاج عنة الرجال ويزيد من حجم أثداء النساء ، ولهذا تصنع منه مستحضرات ومراهم







متعددة .

وصف العسل

كان سكان ولاية فلوريدا الآصليون يفضلون هذا العسل على غيره من الأنواع ، يقطف في الربيع ، يتفاوت لونه من العنبري الداكن إلى الفاتح تبعًا لموقع المصدر الزهري . مذاقه حلو له نكهة البرتقال ورائحته خفيفة ، العسل العنبري الفاتح سائل القوام قليل اللزوجة والعسل العنبري الداكن سميك القوام مثل الدبس ويتبلور بسرعة ، بسبب قلة الكميات المنتجة من النادر إيجاد هذا العسل خارج ولاية فلوريدا ، ويقال عن هذا العسل أنه (عسل الذواقة) ومن أعظم أنواع العسل .

الخواص الصحية والعلاجية

- يحتوي عسل البلميط المنشاري ٢٢ نوع من الأحماض الأمينية و ٧ فيتامينات و مجموعة الفيتامين B جميعًا .
- مضاد للأكسدة وسند غذائي يسهم في نمو الخلايا الجديدة .
- يساعد على زيادة وزن الأشخاص ذو الأجسام الهزيلة .
- يعالج حب الشباب والحساسية .
- يعالج الصلع الناتج عن الثعلبة .
- يستعمل كعلاج مكمل لتضخم غدة البروستاتا الحميد.
- يساهم في علاج تساقط الشعر .



عسل اللافندر البحري

SEA LAVENDER HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : اللافندر البحري , حصالبان السبخات (بارينا)BARENA

الاسم العلمي : LIMONIUM VULGARE

اللافندر البحري جنس من النباتات العشبية , ثنائية الحول من الفصيلة الخوخية رتبة القرنفليات ينمو على شكل دغل كثيف ارتفاعه ٢٠ الى ٥٠ سم على الأهوار والسبخات والمستنقعات البحرية . أهمها سبخات البحر الأبيض المتوسط (الذي يحتوي أكبر عدد من الأنواع) والبحر الأسود والبحر الأحمر . تعتبر سبخات أوروبا الجنوبية الموئل الرئيس للافندر البحري وخاصة عند سواحل كورسيكا وسردينيا وسواحل البحر الادرياتيكي بالقرب من مدينة البندقية . حيث تعتبر المصدر الرئيسي لعسل اللافندر البحري .

تزهر عشبة اللافندر البحري على مدار السنة , لون الأزهار الصغيرة وردي أو أرجواني أو قرمزي , و أوج التزهير يكون من منتصف يوليو إلى منتصف سبتمبر .



وصف العسل

بدأ جمع عسل اللافندر البحري في بداية القرن التاسع عشر . حينها كانت خلايا النحل توضع في مناطق نمو العشبة بصورة دائمة . ولم يوثق هذا العسل رسميا حتى بداية القرن العشرين . اللون أحمر داكن . القوام سائل ورائحة معدنية قوية . مذاقه شديد فيه شئ من الملوحة أو المرارة .المحصول السنوي عشوائي بسبب تأثر هذه العشبة بأحوال الطقس قبل وبعد التزهير . إضافة إلى انحسار السبخات بسبب هجمات الزمواج وعدم حرص المسؤولين عن البيئة على حمايتها .

يباع هذا العسل في مناطق إنتاجه .

الخواص الصحية والعلاجية

رغم المبالغة بخواصه العلاجية يعرف هذا العسل بأنه :

- مقوٍّ عام , ويزيد من نشاط الأنزيمات .
- يساعد في علاج أمراض الجهاز التنفسي.
- غني بالمعادن (أكثر من أنواع العسل الأخرى).



عسل ساورروود

SOURWOOD HONEY

وصف النبات

الاسماء الشائعة : ساوروود ، زنبق الوادي ، سوسن الوادي ، حماض

الاسم العلمي : OXYODENDRUM

الساوروود أشجار نفضية ، وهي الفصيلة الوحيدة التابع لجنس OXYODENDRUM من العائلة الخلنجية موطنها أميركا الشمالية وتنتشر عند سفوح جبال الابلايشن في مثلث ولايات فلوريدا وإيلونويز وبنسلفانيا ، مع تكثف انتشارها في ولايتي جورجيا ونورث كارولينا ، لا تنمو إلا إذا كانت التربة حمضية ، يبلغ ارتفاعها ١٠ إلى ٢٠ متراً . تزهر شهري يونيو ويوليو وتشكل الأزهار عناقيد معلقة يتراوح طولها بين ١٢ و ١٥ سم . لونها أبيض وهي على شكل جرس ، تعتبر فترة التزهير قصيرة جداً مما يوجب على النحالين توقيت عملهم على هذا الأساس كي لا يعمد النحل على جمع الرحيق من النباتات المزهرة الأخرى ، فإذا وضعوا خلايا النحل في المناطق المستهدفة في وقت أبكر مما يجب ، يجمع النحل رحيق أشجار السماق التي تزهر قبل أشجار الساوروود ، وإذا جلبت في وقت متأخر يفوتهم دفق الرحيق وموسم العسل .

يقوم الناس بمضغ جذور هذه الأشجار (دون ابتلاعها) للتخلص من جفاف الفم .

هذه الأشجار مهددة بالانقراض بسبب التوسع البشري .



وصف العسل

حالما يجمع عسل الساورووود بنهاية شهر يونيو من خلايا النحل، يضع النحالون أقراص جديدة كي يضمنوا محصولا للعسل يكون في أنقى حالة ، خاصة وأن هذا العسل نادر جداً إلى درجة لا يظهر معها أحيانًا محصول جيد من هذا العسل إلا كل عقد من الزمن ، ومع ذلك يسعى ذواقة العسل الخبيرين وراءه في كل مكان ، وضعت ضوابط صارمة جدًا لتصنيف هذا العسل ، بحيث إن كانت تخالطه نسبة صغيرة من مصادر زهرية أخرى لا يمكن تسويقه تحت مسمى (عسل ساورووود) ، ولأن (نقاء العسل) هو كلمة السر ، يجب أن يكون النحالون مدربين على امتلاك مهارات للتعامل مع التوقيت الحرج والانتباه إلى أصغر التفاصيل ومنها حساسية الأزهار تجاه المطر الشديد والحاجة للكفاية من أشعة الشمس ، وهو الأمر الصعب لأن أشجار الساور وود تكون أقصر من الأشجار التي تجاورهم .

يتفاوت لون عسل الساورووود من الأبيض الكريمي إلى العنبري الفاتح ، وهو ذو رائحة عطرية نافذة ، قوامه كريمي ومذاقه الفريد أشبه بمذاق التوابل وبنكهة اليانسون ويتفق خبراء العسل على أن عسل الساورووود هو الأفضل بين أنواع العسل المتوافرة ، من حيث المذاق والجودة .

الخواص الصحية والعلاجية

- يسهل عملية الهضم وامتصاص الأغذية الأخرى .
- يقوي العمود الفقري.
- الجروح المعقمة تبقى كذلك بعد مسحها بهذا العسل ، والجروح الملتهبة تتعقم بعد أسبوع من مسحها يوميًا بالعسل .
- مطهر ومعقم ومضاد للبكتيريا .
- يخفف غثيان الصباح وحرقة البطن عند النساء الحوامل ويساعدهم على النوم .
- يعالج رمد العينين (قطرة عسل في كل عين) .
- يساعد في علاج التهاب الشعب الهوائية .





عسل دوار الشمس

SUNFLOWER HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : زهرة الشمس , دوار الشمس , ميال الشمس , عباد الشمس

الاسم العلمي : HELIANTHUS ANNUS

نبتة بذور زيتية من الفصيلة النجمية , حولية , موطنها الأمريكيتين . تحتوي على الأحماض الدهنية الأساسية والفيتامينات والحديد والزنك والسيلينيوم وغيرها من المعادن . ويعد محصولها ثالث أهم محصول زيتي في العالم . يتميز دوار الشمس بأزهاره الكبيرة الصفراء التي تدور مع الشمس أينما دارت . يعطي الهكتار الواحد ٥٠ كيلو جرام عسل غني جداً بحبوب اللقاح .

تنمو دوار الجسم إلى ارتفاع يصل مابين ١,٥ الى ٣,٥ أمتار وتنتشر زراعتها حاليا في كثير من بلدان العالم خاصة أوروبا وروسيا (حيث تعتبر الزهرة الوطنية) واليمن ولبنان والسودان

يزهر دوار الشمس بدأ من منتصف الصيف وحتى أوائل الخريف



مواصفات العسل

يقطف عسل دوار الشمس بنهاية الصيف و أوائل الخريف . لونه أصفر كهرماني و مذاقه معتدل خفيف , تشبه رائحته رائحة الشمع . قوامه كريمي سميك أشبه بالزبدة , يتبلور بسرعة الى كتلة متراصة جدا . البلدان الرئيسية المنتجة والمصدرة فرنسا , روسيا , إيطاليا , المكسيك , الهندوراس , كوستاريكا , أسبانيا .

الفوائد الصحية والعلاجية :

- يؤثر في مستوى الكلسترول في الجسم ويمنع تراكم الكولسترول الضار .
- يساعد على نمو كتلة العظام المعدنية .
- يستعمل هذا العسل في الطب الشعبي لعلاج أمراض القلب .
- ينفرد باحتوائه معدني الزنك والسيلينيوم الهامين للصحة والنشاط .



عسل تاواري

TAWARI HONEY

الصفات النباتية

الاسم الشائع : تاوري

الاسم العلمي : IXERBA BREXIOIDES

شجرة التاوري من النباتات المزهرة (مستورة البذور).

حتى عام ٢٠٠٩ كانت التاوري الجنس النباتي الوحيد في نيوزيلاندا الذي يصنف من فصيلة النباتات الوعائية (تضم الفصيلة ، السرخس و الصنوبريات). ثم صنفت ضمن فصيلة أخرى تسمى: NEW CALEDONIA STRASBUGIACEAE

باستثناء نيوزيلاندا لا توجد هذه الأشجار في أي مكان في العالم . يبلغ ارتفاع الشجرة حوالي ١٥ متراً . تشكل الأزهار عند تفتحها باقة جميلة متناسقة هندسيًا ، لونها الأحمر على خلفية الأوراق الخضراء الداكنة يبرز جمالها ، يمتد موسم تزهير التاواري من أوائل أكتوبر حتى نهاية ديسمبر تبعًا للموقع والارتفاع عن سطح البحر ، عادةً يتأخر التزهير كلما كان الموقع أقرب إلى الجنوب وأكثر ارتفاعًا تقوم الطيور غالبًا بتلقيح الأزهار حيث حجم الزهرة وبنيتها مجهزة لنقل حبوب اللقاح من السدادة بواسطتها .

رحيق الأزهار سائل جدًا وغزير ، الأمر الذي ينتج عسلاً وفيراً بأفضل المواصفات.



وصف العسل :

يقطف العسل في أكتوبر أو ديسمبر أو يناير ، لونه فاتح جدًا ، المصادر الزهرية الأخرى التي تجاور أشجار التاواري تعطي عسل عنبري داكن أكثر ، ويمكنها أن تؤثر بصورة ملحوظة على لون عسل التاواري (إذا اقتات النحل على هذه المصادر في الوقت نفسه) .

نسبة الفركتوز (٤٣٪) و نسبة الجلكوز (٣٠٪) ، لكن يبدو أن سرعته في التبلور لا تعكس هذه النسب ، وهذا مثل آخر على أن تنوع أصناف العسل الهائل يأتي في أكثر الأحيان بنتائج لا يمكن تفسيرها بشكل فوري دائمًا. مذاقه سلس يشبه مذاق الزبدة مع السكر ، تكون نكهته على أفضلها إذا لم يتعد عمر العسل سنة واحدة .

يصنف العسل عسل تاواري إذا كان من مصدر زهري واحد ١٠٠٪ أو إذا كان من مصادر زهرية متعددة تكون نسبة رحيق تاواري فيه من ٦٠ إلى ٩٠٪ .

قوام العسل كريمي قليل اللزوجة ، يذوب في الفم بسرعة ويترك أثرًا يشبه مذاق الشوكولاتة الخام (المرة) .

المواصفات الصحية والغذائية :

خواصه العلاجية تماثل خواص عسل المانوكا ولكن بدرجة أقل ، وهي لم توثق رسميًا حتى الآن .. ويتوقع أن يتم التصنيف حسب مقياسي UMF و MGO المعمول بهما لتصنيف عسل المانوكا.

- يخفف التعب والإرهاق البدني .
- يغذي الجلد ويجدد خلاياه.
- يسكن التهاب الحلق.



عسل الأعشاب الشوكية

THISTLE HONEY

الوصف النباتي :

الأعشاب الشوكية من الفصيلة النجمية مجموعة كبيرة من النباتات المزهرة المتميزة بأوراقها وأشواكها الناتئة ، وتوجد في كل أصقاع الأرض ، تعتبر معظم إجناس هذه المجموعة أعشاب ضارة بالنباتات الأخرى و يتكلف المزارعون أموالاً طائلة لمكافحتها . لكن بعض أجناسه ذات فائدة غذائية عالية (الأرضي شوكي أو (الخرشوف)) أو فائدة علاجية فعالة (شوك الجمل) أو تملك رحيقاً ينتج عسلاً ممتازاً (الشوك السناني ، المرار) .

إجمالاً ، لمعظم أجناس هذه الأعشاب فائدة صحية وعلاجية ، ولكن أهمها شوك الجمل (MILK THISTLE) موطنه الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وأوروبا المتوسطية ، وتستعمل بذور شوك الجمل منذ ما يقارب ٢٠٠٠ سنة لعلاج أمراض الكبد المزمنة ووقايته من السموم .

بالنسبة للعسل ، فمنه أنواع تباع في الأسواق تحت مسميات مختلفة مثل عسل المراعي والعسل الجبلي وعسل الزهور البرية والعسل البري وهذه الأعسال ذات مصادر زهرية متعددة تغلب عليها أزهار الأعشاب الشوكية المتعددة . أما العسل ذو المصدر الزهري الوحيد فهو نوعان ، عسل الشوك السناني وعسل المرار.



عسل الشوك السناني

NODDING THISTLE HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الشوك السناني

الاسم العلمي : CARDUUS NUTANS

موطن الشوك السناني أوروبا وآسيا وأفريقيا و أصبح يزرع في أميركا الشمالية وأستراليا ونيوزيلاند . يتألف من حوالي ٣٠ جنسًا من الشوكيات (إحداها زهرة الشمس) وتنمو مرة كل سنتين . يبلغ طول السعفة ١ إلى ١,٥ متر وقطر الزهرة الكروية الشكل ذات اللون القرمزي ٣ إلى ٥ سم . تتفتح الأزهار بين أواخر الصيف وأوائل الخريف . وتنمو هذه العشبة على جميع أنواع التربة وتزرع عند سطح البحر وحتى ارتفاع ٢٥٠٠ متر.

مواصفات العسل :

هذا العسل لا يشبه غيره من الأعسال ، فبمذاقه الناعم وشذاه العطري المنعش وتبلوره البطيء ولونه العنبري الفاتح يعتبر من أرقى أنواع العسل الذي تنتجه نيوزيلاندا بصورة حصرية تقريبًا ، لكن لسوء الحظ أصبح محصول عسل الشوك السناني قليل ويندر وجوده في الأسواق ، ويعود السبب إلى الحرب البيولوجية التي تشن على هذه العشبة الضارة بالنباتات الأخرى وللتحكم بانتشاره في نيوزيلاندا ومناطق أخرى من العالم . ويستعمل لهذا الغرض حشرات معينة ، إحدى هذه الحشرات تقتات على البذور مما يعرقل إنتاج رحيق الزهور وبالتالي إنتاج العسل منه .أحد مظاهر هذا العسل الفريد هو قلة عدد حبوب اللقاح بصورة كبيرة (حوالي ٥٠٠ حبة في كل ١٠ جرامات من العسل) .

الدول المنتجة لهذا العسل نيوزيلاندا ، كندا ، الولايات المتحدة . وفي دول أخرى لا يكون هذا العسل من مصدر زهري واحد.



عسل المرار

STAR THISTLE HONEY

الوصف النباتي :

الاسم الشائع : زهور برية ، مرار

الاسم العلمي : CE.NTAUREA SOLSTITIALIS

لا توجد هذه العشبة إلا في النصف الشمالي من الكرة ا لأرضية وتتألف من ٣٥٠ إلى ٦٠٠ جنس . موطنه الشرق الأوسط والمناطق المحيطة به .

المرار ، نبتة عشبية يتفاوت لون الأزهار التي تفتح في منتصف الصيف بين الأزرق الملكي والأصفر الغامق والأحمر القاني ، وتعطي الأزهار رحيق غزير، يزرع في إيطاليا والقوقاز وكريت و نقلت زراعته إلى الولايات المتحدة .



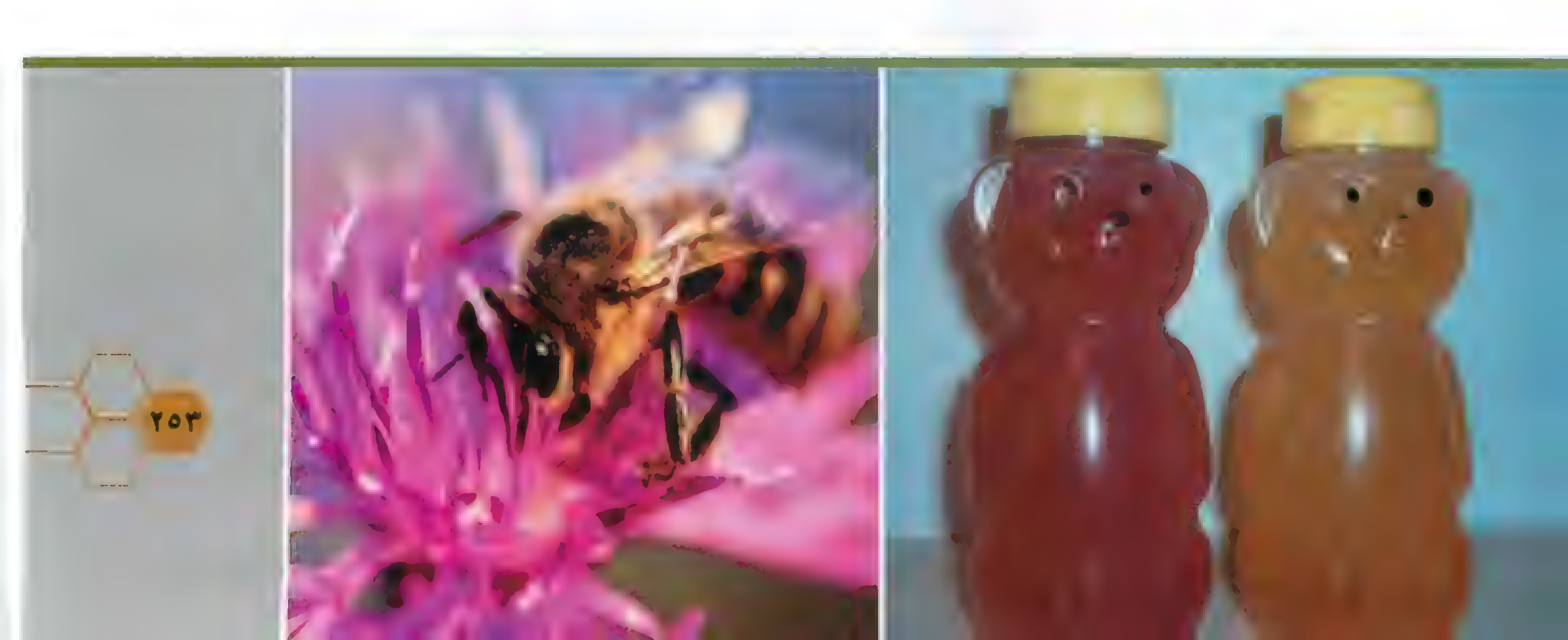
مواصفات العسل

يعتبر هذا العسل نادر وغالي الثمن يباع في الولايات المتحدة تحت اسم عسل جبال الأبلايش ، هو عسل خفيف اللون مذاقه يلسع قليلاً . كريمي سميك القوام طيب المذاق والرائحة ، يشبه مذاقه إلى مذاق القرفة وتدوم حلاوته في الفم طويلاً . يعتبر من أرقى أنواع العسل المنتج في الولايات المتحدة . وهو عسل جبلي يتراوح لونه مابين البني الفاتح والذهبي وأحيانًا يكون عنبري داكن . يجنى هذا العسل في منتصف الخريف . البلدان المنتجة لهذا العسل قليلة أهمها الولايات المتحدة وكندا.

الفوائد الصحية والعلاجية

يعتبر العسل السناني وعسل المرار صديقان للكبد إضافة إلى ذلك :

- يوصف لممارسي رياضة كمال الأجسام بعد خضوعهم للعلاج بالسيترويدات .
- يخفض مستويات الكولسترول.
- يخفف من المقاومة للأنسولين عند المصابين بالنوع الثاني من السكري.
- يخفف من تشمع الكبد.
- يكبح نمو الخلايا السرطانية في الثدي والبروستاتا والرحم .
- يخفف الأضرار التي تلحق بالكبد جراء العلاج الكيميائي للسرطان.



عسل حور التوليب

TULIP POPLAR HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الحور الأصفر ، حور التوليب ، الخشب الأبيض

الاسم العلمي : LIRIODENDRON TULIPIFERA

حور التوليب أشجار مزهرة (لا يمت إلى جنس الحور) من الفصيلة الماغنولية يضم ١٢٠ نوعًا ، موئل بعضها شرق وجنوب آسيا والبعض الآخر أمريكا الشمالية ، أشجار حور التوليب كبيرة يصل ارتفاعها ما بين ١٨ و ٣٢ متر. تزهر بعد ١٥ سنة من زراعتها . لون الأزهار أصفر مع مسحة أخضر و قاعدة لونها برتقالي ، وتشبه من حيث الشكل زهرة التوليب الأوروبية (ومن هنا جاء اسم حور التوليب) تشبه رائحتها شذا الخيار ، وتظهر في شهر مايو ، يزدهر نمو هذه الأشجار في المناطق المعتدلة المعرضة لأشعة الشمس كليًا أو جزئيًا ، وتربة خصبة وغنية تميل إلى الحمضية . حيث النوع الموجود في غابات جبال الايلايشن الأميركية يصل ارتفاعه ما بين ٥٠ و ٦٥ مترًا، يوجد من هذه الشجرة عدد محدود من المستنبتات.

يعتبر حور التولب الشجرة الرسمية لولاية تنسي الاميركية .



وصف العسل

يقطف عسل حور التوليب بداية الصيف في عدد من الولايات الاميركية . لونه عنبري داكن ، ولكن مذاقه ليس قويًا كما يتوقع ذواقي العسل من الأعسال ذات الألوان الداكنة ، رائحته خفيفة إلى متوسطة ، يبدو أحمر اللون إذا وضع أمام أشعة الشمس ، يتمتع بمستوى مرتفع من الأملاح المعدنية ، يأتي الطقس الدافئ بمحصول ممتاز بينما تدفع الأيام الماطرة النحل إلى الهروب.

الخواص الصحية والعلاجية

- يعالج الحساسية الموسمية .
- يعالج فقر الدم ، بسبب غناه بالحديد.
- يعالج التهابات الجروح ويقي من التقيح.



عسل أولمو

ULMO HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : اولمو

الاسم العلمي : EUCRYPHIA CORDIFOLIA

أولمو أشجار معمرة ، دائمة الخضرة من الفصيلة الوتدية الموجودة في تشيلي والأرجنتين . تنتشر على طول سلسلة جبال الأندز على ارتفاع ٧٠٠ م عن سطح البحر ، أولمو شجرة أنيقة جدًا ، يمكن أن يصل طولها إلى ٤٠ متر وهي بطئية النمو ، تزهر في فبراير ومارس (تبعًا لخط العرض والارتفاع) ومن كثافة الأزهار يخيل للمرء الذي ينظر إليها من مسافة بعيدة أن المنطقة مغطاة ببساط أبيض جميل ، وحالما تظهر الزهور البيضاء اللون ، يملأ شذاها العطري الأجواء ويسمع طنين النحل الذي يعشقها من مسافات بعيدة ، يحظى رحيق الأزهار العطري (الذي يقطفه النحل المستورد من أوروبا) بإعجاب كبير من الناس وتشبه أزهار أولمو زهرة الكاميليا المشهورة بجمالها . نقلت زراعة أشجار أولمو إلى أسكتلندا ونجحت وتجرب زراعته حاليًا على الساحل الغربي للولايات المتحدة .

وصف العسل

يقطف عسل أولمو في بداية الخريف ، يتراوح لونه من البني الأصفر الشاحب والعنبري الفاتح ، قوامه سميك يتبلور حبيبات صغيرة ، محصوله جيد بسبب وفرة الرحيق في الأزهار ، رائحته عطرية خفيفة تحمل شذا الياسمين والقرنفل ، المذاق كريمي سلس بنكهة الكاراميل والفانيلا.



الخواص الصحية والعلاجية

أجريت أبحاث مكثفة من قبل علماء في جامعات تشيلي وانجلترا وشركة أبحاث ألمانية ، كشفت الخصائص الطبية لعسل أولمو .

- يملك عسل أولمو « العامل الحيوي الفريد» الذي يتميز به عسل مانوكا.
- أظهر العلماء الألمان أن هذا النوع من العسل ، قد عالج بنجاح كبير الجروح التي يصاب بها الأطفال المصابون بسرطان الدم و التي لم تتجاوب مع المضادات الحيوية الصيدلانية .
- يعزز النشاط والحيوية ، خاصة في فصل الشتاء البارد .
- أظهر قابلية لتخفيف تأثير الشيخوخة ومحاربة تقدمها المبكر.
- يؤخر نوبات مرض الزهايمر.
- من المعروف أن أنواع البكتيريا والفيروس تزداد مناعة وقوة ضد المضادات الحيوية التي يطورها الطب الجديد، لكن هذه الأنواع تقف عاجزة أمام هذا العسل.
- يقضي على الآفات الجلدية وينصح بوضع ماسك وجه منه لمدة ½ ساعة يوميًا .
- يشفي الحروق بسرعة كبيرة .
- يعالج الطفح الجلدي عند الأطفال الرضع (يمسح قليل من العسل على الجسم).
- يعالج السعال.



عسل الصفصاف

WILLOW HONEY

وصف النبات

الاسم الشائع : صفصاف , صفصاف المعزة , الصفصاف البلدي

الاسم العلمي : SALIX CAPREA

الصفصاف جنس من الأشجار أو الشجيرات النفضية من الفصيلة الصفصافية التي تضم نحو ٤٠٠ نوع , أهمها الصفصاف البلدي والصفصاف المصري (خلاف) والصفصاف الأبيض والصفصاف البري(قد يكون الصفصاف بريا أو مزروعا). تنمو هذه النباتات في الكثير من بلدان العالم الموجودة في الجزء الشمالي من الكرة الارضية . يزرع على ضفاف الجداول والسواقي والأنهار . يصل ارتفاع الأنواع الكبيرة إلى ٣٠ متر وارتفاع القصيرة لايتجاوز ٣ أمتار. تتمدد جذور الصفصاف بعيدا في كافة الاتجاهات وتتسبب بمشاكل للإشغال العامة المدنية إذا كانت قريبة من المناطق المأهولة . تتفتح الأزهار في الربيع بلون وردي إلى برتقالي يتحول عندما تبلغ الزهرة أوجها إلى اللون القرمزي .وقد ذكرت جذوع أشجار الصفصاف في كتب الحضارات الآشورية والسومرية والفرعونية كعلاج للحمى .

في القرن التاسع عشر لوحظت خواص الصفصاف الطبية عندما تم عزل مستخلص الجذع الفعال (ساليسين SALICIN)

وتم بعد ذلك فصل الحمض إلى الحالة الصافية وأطلق عليه اسم حمض السالسليك . لاحقا قام أحد العلماء الألمان بتصنيع الحمض واطلق عليه اسم (حمض استيل سلساليك) أو مايعرف اليوم بالإسبرين (ACEYTL SALSALIC ACID) . أزهار الصفصاف قليلة الرحيق بأستثناء أزهار صفصاف المعزة

(SALIX CAPREA)



الذي يؤمن رحيقا وافرا فيما تؤمن بقية أنواع الصفصاف حبوب اللقاح في وقت مبكر من الربيع لحضانة النحل اشجار صفصاف المعزة من الأنواع الشائعة في أوروبا وغرب آسيا و آسيا الوسطى ينمو في أعالي الجبال يتفاوت ارتفاعها بين ٦ و ١٢ مترا الأزهار ذات ملمس حريري لونها رمادي أو فضي تكون على شكل سنابل نورية طولها من ٣ إلى ٧ سم .

وتتفتح باكرا في الربيع الأزهار وحيدة الجنس منفصلة السكن أي وجود نورات ذكرية ونورات أنثوية تحمل كل منها نبتة واحدة يتحول لون النورات الذكرية إلى الأصفر ولون النورات الأنثوية إلى الأخضر عند بلوغ الأزهار أوجها أطلق على هذا النوع من الصفصاف اسم العنزة , لان أول رسم لهذه الأشجار شمل صورة عنزة ترعى عليها .

وصف العسل

يعطى الهكتار الواحد ٢٥ كلج من عسل الصفصاف العنزة . لونه أصفر كهرماني مذاقه محبب , حاد ومميزيشبه نكهة اليانسون قوامه خفيف سائل , يتبلور كتلة متجانسة بعد بضعة شهور هو عسل ربيعي مبكر ومميز جدا , والأشخاص الذين يعثرون عليه في السوق يدفعون أي مبلغ للحصول عليه تشتهر مقاطعة بروفانس في جنوب فرنسا بإنتاج هذا العسل الشفاف اللذيذ والعطري الرائحة . مذاق عسل الصفصاف الأبيض مر.

الخواص الصحية والعلاجية

- يخفف الحمى وارتفاع الحرارة .
- يعالج الصداع الناتج عن نزلات البرد والأنفلونزا .
- يساعد في تقليل احتمالات الإصابة بسرطان المعدة وسرطان القولون يمنع تناوله على المصابين بالقرحة المعدية او اضطرابات في جهاز الهضم قبل استشارة الطبيب .



عسل الزلوع

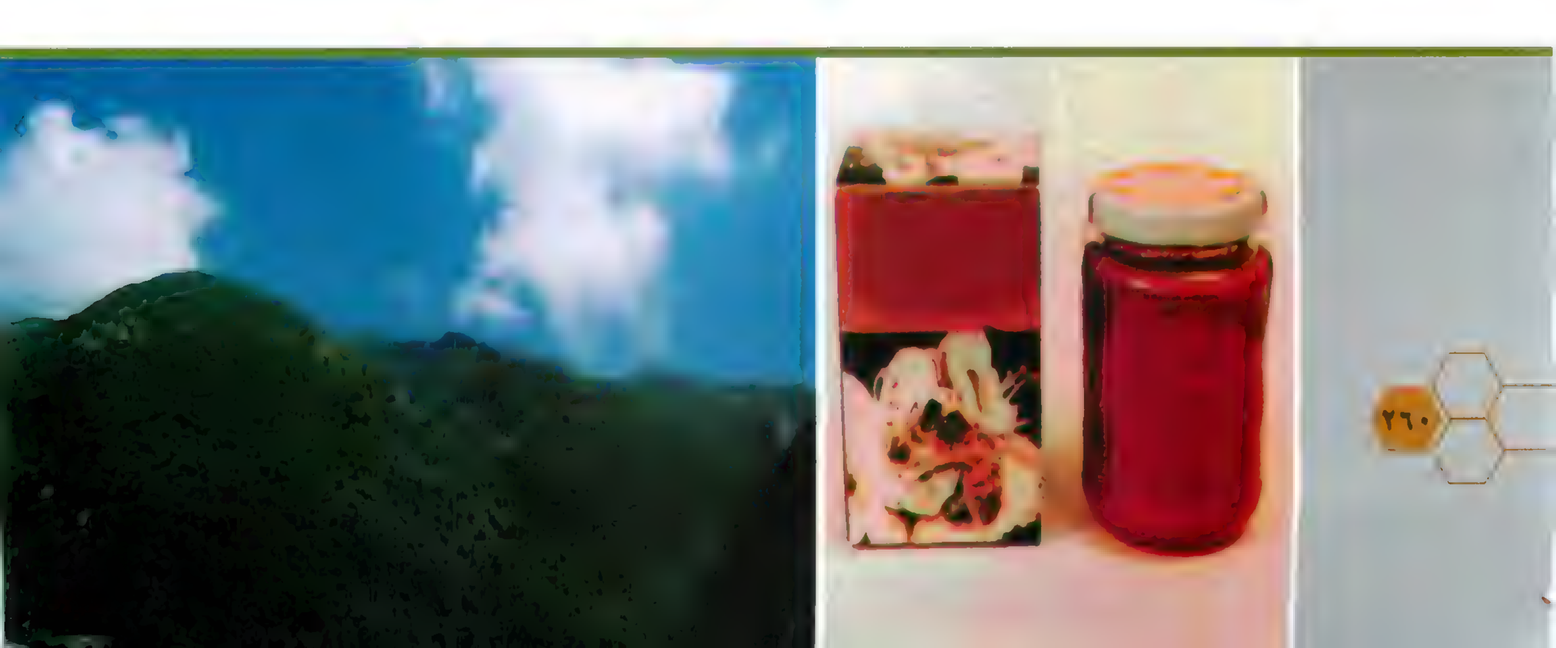
ZALLOUH HONEY

الوصف النباتي

الاسم الشائع : الزلوع

الاسم العلمي : FERULA HERMONIOS

الزلوع من النباتات العشبية المزهرة الحوليه التي تضم ١٧٠ جنسا . وهو من النباتات الزيتية يتراوح طولها مابين ١ الى ٢ مترا . وتنبت على ارتفاع ٢٥٠٠ متر من سطح البحر. ينمو الزلوع في بعض جبال سوريا و فلسطين و لبنان ويعتبر جبل الشيخ الواقع على حدود هذه الدول الموطن الأهم للزلوع . وينمو جنس منه في جنوب المملكة العربية السعودية . يزهر الزلوع في منتصف الصيف .



مواصفات العسل

يعتبر هذا العسل من أنقى أنواع العسل في العالم لأنه ينمو على ارتفاعات شاهقة بعيدا عن الأماكن الزراعية والمبيدات الكيميائية .يقطف عسل الزلوع في بداية الخريف ولونه عنبري داكن له نكهة عشبيه رائحته قوية منعشة , لايتبلور بسرعة .

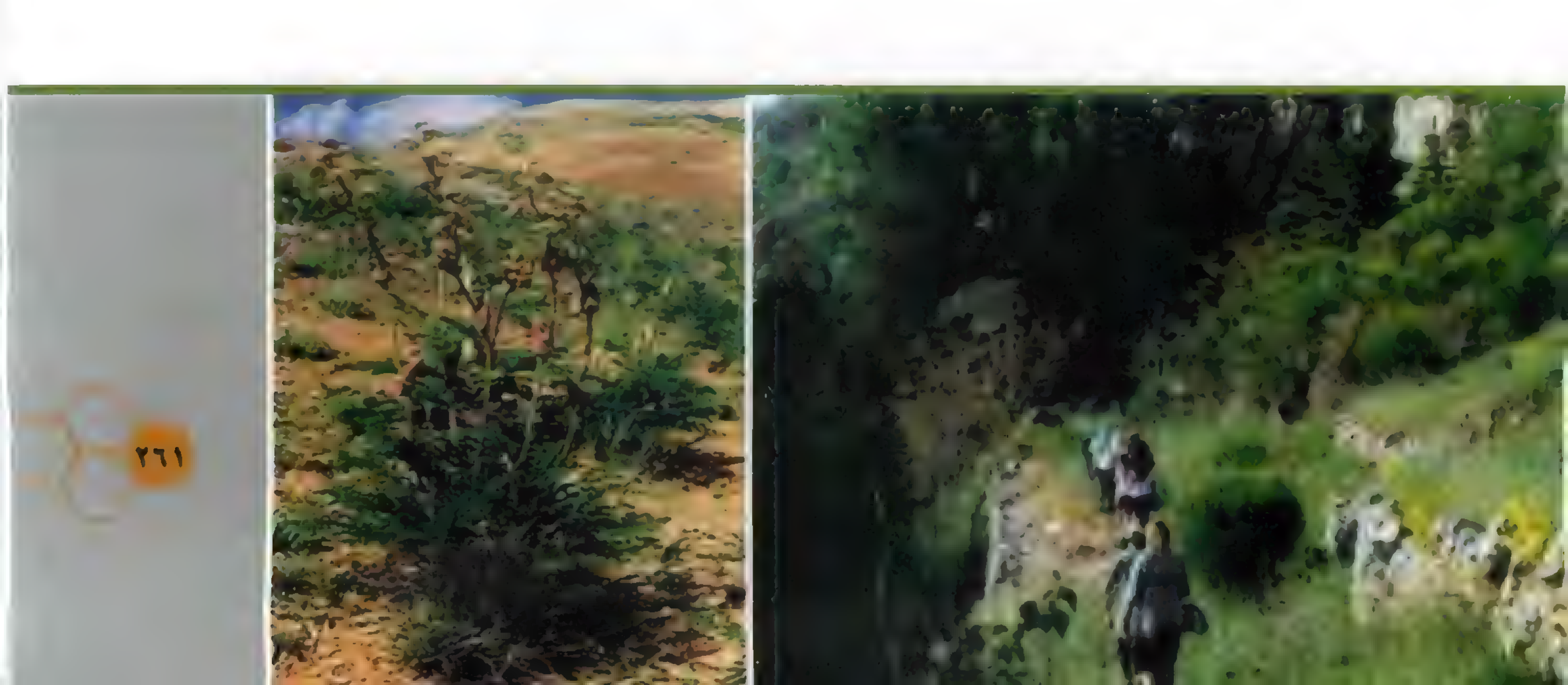
كانت سوريا ولبنان الدولتان الوحيدتان المنتجة لعسل الزلوع لأن العشبة تنمو على طرفي جبل الشيخ التابعين لكل منهما , لكن لسوء الحظ أخذ النحالون في إسرائيل بنقل خلايا النحل على بعد ٥٠٠ متر من خط الحدود وقت تفتح أزهار الزلوع فيأتي النحل يقتات من رحيقها وينقلها الى ماوراء الحدود .

الفوائد الصحية والعلاجية

يعتبر شرش الزلوع (جذور النبتة) وعسل الزلوع الفياغرا اللبنانية الطبيعية .

فهذا العسل :

- يساعد على تنظيم الهرمونات الجنسية ويساعد الرجال المصابون بالعنة.
- يعزز الخصوبة عند الرجل والمرأة .
- يقوي الجسم ويزيد من القدرة على التحمل .
- يرفع الإرهاق ويزيد الحيوية العامة .
- يساعد في مقاومة أعراض الشيخوخة المبكرة .



المراجع العربية

(1)سوري ، الآن (1992) نباتات العسل " النحل ومنتجاته – التداوي بالعسل) – ترجمة دار طلاس للدراسات والترجمة والنشر . دمشق .

نحال ، إبراهيم (2009) معجم نحال في الأسماء العلمية للنباتات – مكتبة لبنان ناشرون . بيروت – لبنان .

(2)حسين ، فوزي طه قطب (1981) النباتات الطبية زراعتها ومكوناتها – دار المريخ للنشر . المملكة العربية السعودية الرياض .

العريفي ، إبراهيم بن عبد الله بن سعد (2101) عسل النحل وخواصه " الطبيعية ، الكيميائية ، البيولوجية ، العلاجية " - فهرست مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر . المملكة العربية السعودية – الرياض .

(3)فلوتم ، كارلا مارينا ماركيزه وكيم (2016) ذواقة العسل انتقاء العسل وتذوقة ومزاوجتة مع دليل لأكثر من 30 نوعاً – ترجمة / عمر سليم التل – مراجعة / سعيد الغانمي .

(4)فينسيت ، بيتي أ. ليبسكومب (1977) الأزهار البرية للمنطقة الوسطى في المملكة العربية السعودية – ترجمة / جلال محسن السنوي .

(5) العريفي ، إبراهيم بن عبد الله بن سعد (1436) أسرار العلاج بالعسل ومنتجات النحل – فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر . المملكة العربية السعودية – الرياض .

(6) الشنواني ، محمد أحمد عبد الرحمن (1417) النباتات المستخدمة في الطب الشعبي السعودي- مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية – فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر . المملكة العربية السعودية – الرياض .

References

(1) Maurizio, A. (1951) Pollen Analysis of Honey. Bee World 32(1) 1-5.
(2) White, W.J.; Rieth of of, M.L.; Subers, M.I; and Kushnir, I (1962) Composition of American Honeys. Development Division Agricultural Research Servic, Philadelphia. U.S.A.

(3) Crane, E. (1979).Honey a Comprehesive survey. Morisson and Gibb Ltd. England, London.

(4) Crane, E. (1980) : A Book of Honey,Oxford University Press. U.K.
(5) Ponicini, L. and Wimmer, F.L. (1983)The Composition of Some Fiji Honeys. Fiji Agric. J. 45(1) 25 – 30.

(6) Sawyer, Rex (1988) : Honey Identification. Cardiff Academic Press U.K.

(7) Sporns.P ; Plhak. I. and Friedrich J. (1992) Alberta Honey Composition. Food Research International. 25 (1992) 93 – 100.

(8) Abu Tarbush, H.M, Al-Kahtani, H.A., andElsarrag M.S.A. (1993) Floral- type Identifivation and Quality Evaluation of some Honey Types. Food Chemistry, 46: 13-17.
(9) Bonvehi, J.S and Terres, E.G. (1993) Physicochemical Properities, Composition and Pollen Spectrum of Ling Heather (Calluna Vulgaris (L) Hull)Honey produced in Spain. Apidologie. 24, P.586 – 596.

(10) Drimjias, N. and Karabournioti, S. (1995) Characteristics of Greek Thymus Honey. Apia CTA, 30, 30 – 39

(11) Lopez, B.; Latorre, M.J.; Fernandez, M.J.; Garcia, S. and Herrero, C. (1996). Chemometric Classification of Honeys According to their Type based on Quality Control Data. Food Chemistry, 55, (3): 281 – 287.

(12) Althman , Nathaniel ; The honey prescription (210) , the amazing power of honey as medicine ; Canada .

(13) Ronald Fessenden , MD , MPH ; The honey revolution (2008) , USA .

(14) Sawyer,Rex ; Honey identification (1988) ; Great Britain by J.W. Arrowsmith, Bristol .

(15) K. Nikolaus , K. Gudrun and T. Salim ; Honey bees of borneo (2010) ; Malaysia .

(16) Migahid , Ahmed Mohammad ; Flora of Saudi Arabia (1989) ; King University Libraries ; Riyadh .



الدكتور / ابراهيم بن عبدالله العريفي
علوم الأغذية والتغذية والطب البديل

بكالوريوس علوم الأغذية والتغذية جامعة الملك سعود ١٩٨٩ م

ماجستير الأغذية والتغذية - جامعة الملك سعود - كلية الأغذية والزراعة - قسم علوم الأغذية والتغذية سنة ١٩٩٨ (بعنوان الخواص الكيموطبيعية والبيولوجية لعسل النحل في المملكة وتأثير المعاملات الحرارية على بعض الخواص)

درجة الدكتوراة في علوم الألأغذية والتغذية من جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية الدراسات الزراعية - قسم علوم وتكنولوجيا الاغذية ٢٠٠٣ م في علوم والأغذية والتغذية (بعنوان الخواص الكيميائية لمنتجات نحل العسل وتأثيرها على مرضى السكري)

دبلوم التغذية العلاجية معهد الهيموباثي بالمملكة المتحدة
دبلوم طب الأعشاب معهد الهيموباثي بالمملكة المتحدة
مدرب معتمد في علم وفن تحليل الخطوط والأشكال والتواقيع (الجرافولوجي)
مدرب معتمد في تدريب (Jin shin Jitsu (Self help

بحوث علمية

-دراسة عن خوص العسل النحل في المملكة في مجلة Food Chemistry
-تم نشر العديد من المقالات العلمية في الصحف والمجلات المحلية والدولية في مجال العسل ومنتجات النحل والأغذية
-إنتاج وبرمجة وتسجيل برامج تغذوية:
-برنامج ميزان الصحة التغذوي
-البرنامج العربي لتحليل الأغذية
-لقاءت تلفزيونية عديدة
-برنامج تحليل الأغذية (تطبيق) Food Analyzer

الخبرات العملية

-خبير في مجال عسل النحل والعلاج بمنتجات النحل والطب البديل
-المشرف العام على مختبر جودة العسل
-المشرف العام على ميزان الصحة للتغذية العلاجية
-عضو مجلس إدارة الجمعية السعودية لعلوم الغذاء والتغذية سابقاً
-رئيس تحرير مجلة الدليل الى الطب البديل
-عضو الجمعية الامريكية للتغذية العلاجية
-عضو الجمعية الامريكية للعلاج بمنتجات النحل

المؤلفات

كتاب عسل النحل وخواصة الطبيعية والكميائية والبيولوجية والعلاجية (١٤٣١ هـ)
كتاب اسرار العلاج بالعسل ومنتجات النحل (1436هـ)

ردمك : 978-603-02-4247-4





ردمك : 978-603-02-4247-4

0 23 231654 5645